SAINTE-FOY–SILLERY–CAP-ROUGE

2015 - 2016

À CONSERVER

AUTOMNE

HIVER

PROGRAMMATION

LOISIRS

Centre de glisse Myrand

MES LOISIRS EN LIGNE!

VILLE DE QUÉBEC

Arrondissement de
Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

MES LOISIRS EN LIGNE

Rendez-vous sur le site Internet
www.ville.quebec.qc.ca/programmationloisirs
et en quelques clics :

- **consultez** toute l'offre en loisir de la Ville de Québec;
- **obtenez** de l'information sur les activités qui vous intéressent et les organismes de loisirs partenaires;
- **inscrivez-vous** directement en ligne à plusieurs activités.

Abonnement courriel
Vous désirez être averti par courriel des périodes d'inscription aux activités de loisir? Abonnez-vous à nos communiqués!
www.ville.quebec.qc.ca/abonnement

Pour tout savoir sur l'offre
en loisir de votre ville :
www.ville.quebec.qc.ca/programmationloisirs

Table des matières

Liste des activités 2

Liste des endroits 6

Renseignements généraux 9
- Comment vous inscrire aux activités de loisirs? 9

Activités aquatiques 13

Activités physiques, sportives et activités de plein air 48
- Activités libres 81

Activités artistiques, culturelles et communautaires 89

Loisirs de quartier 142
- Champigny et Chauveau 142
- Notre-Dame-de-Foy 149
- Saint-Benoît 150
- Saint-Denys 164
- Saint-Jean-Baptiste-De La Salle 165
- Saint-Louis-de-France 166
- Saint-Mathieu 176
- Saint-Thomas-d'Aquin 180
- Sainte-Geneviève 184
- Sainte-Ursule 197

Fiches d'inscription
- Automne . . . . . 203 et 205
- Hiver . . . . . 207 et 209

Section municipale . . . . . Voir les pages bleues

Conservez cette programmation si vous souhaitez vous inscrire à une activité offerte au cours de l'hiver!

Liste des activités

	PAGES
Activités artistiques	89 à 141
Activités familiales	123
Activités libres	81 à 88
Activités physiques	48 à 88, 117, 123
Activités préscolaires	16, 46, 101, 102, 126, 135, 136, 137, 171
Aérobie	48, 49
Allemand	89, 166
Anglais	117, 161, 180, 197
Aquaforme	13, 14, 46
Aquajogging	14, 15, 46
Aquapoussette	46
Aquarelle	90, 104, 105
Aquaspinning	15, 16
Associations et fondations (activités des)	48, 53, 57, 58, 67, 89, 100, 103
Astronomie	100, 101
Badminton	50, 142, 143, 149, 150, 164, 167, 176, 184, 185, 197
Baignade et bains libres	46
Bande dessinée	106
Basketball	51, 167
Billard	115, 116, 161, 196, 202
Bingo	116, 184, 196
Boutis	91
Bridge	102, 116, 162, 165, 168, 183, 196
Broderie	91 à 93, 103, 149, 183
Calligraphie	106
Carterie	144
Cartes (jeux de)	115, 116, 148, 165, 174, 183, 196, 202
Céramique	109 à 111
Cercles de fermières (activités des)	149, 186
Chant et chant choral	114, 129, 130, 132, 168
Chapellerie	93
Cinéma et ciné-club	176, 186
Clubs de l'âge d'or et FADOQ (activités des)	52, 115, 116, 142, 147, 148, 161, 165, 174, 179, 183, 196, 202
Clubs sociaux (activités des)	51, 115, 116, 123, 127, 138, 168, 171
Conditionnement physique	52, 53, 162, 168, 174, 179, 183, 186, 198
Conditionnement physique aquatique	46

	PAGES
Conférence	124, 125
Couleur	91, 93, 99, 104
Cours prénataux aquatiques	46
Courtepointe (confection de)	94, 95
Couture	95, 149, 183
Crochet	98
Cuisine	115, 181
Danse, Aér-Autiste	120
Danse, baladi	151
Danse, ballet classique	118 à 120, 152 à 154, 185
Danse country	198
Danse, hip-hop	120
Danse en ligne	144, 145, 162, 174, 187, 196, 199
Danse, jazz	120
Danse folklorique	120, 154, 155, 169
Danse salsa	121, 155
Danse sociale	155, 188
Décorations de Noël (fabrication de)	111
Dentelle	103, 183
Dessin	105, 107, 138, 145, 155, 169, 174, 200
Donjons et dragons	182, 189
Échecs	181
Entraide communautaire	122, 123, 135
Entraînement aquatique en parcours (*CrossFit*)	46
Escrime	53
Espagnol	117, 156, 170, 200
Éveil musical	129, 130, 131, 133, 156
Eutonie	133
Excursion	125
Expositions	128
Feutre	91, 93, 96, 99
Filage (initiation au)	96
Fléché (maîtrise du)	91, 96, 99
Fléchettes (jeu de)	115, 174
Français	137
Frivolité	97, 103

Liste des activités

	PAGES
Gardiens avertis (cours de)	123, 156, 189
Glissade	81, 82, 83
Golf	53, 54
Guitare	129, 130, 132, 157, 158
Gymnastique	54 à 56, 74
Harmonie et *Stage Band*	130, 131
Histoire (activités des sociétés d')	124, 125
Hockey	56 à 58
Horticulture	125
Informatique	122, 123, 171, 173
Jeux de rôles	182, 189
Karaté et karaté kenpo	177
Langues (cours de)	89, 117, 156, 158, 161, 166, 170, 180, 197, 200
Lecture (atelier de)	75
Ludothèque (activités de la)	126
Maisons des jeunes (activités des)	127
Maître-nageur	39, 40, 47
Mandarin	158
Marche	53, 81, 82, 84, 88, 117, 159
Méditation	76
Modelage	112
Mosaïque	112
Musculation	48, 168
Musique	129 à 132, 157, 158
Nage synchronisée	34 à 37, 42
Natation (cours de)	16 à 34, 37 à 40, 46
Observation d'oiseaux	81, 84
Olympiques spéciaux	32
Pastel	105, 107
Patinage	59, 82, 84 à 87
Patinage artistique	59 à 63
Patinage de vitesse	64, 65
Peinture	105, 108, 138, 146, 159, 174, 182, 200
Pétanque	115, 116, 148, 165, 174, 190, 202
Photographie	134
Pilates	46, 66, 76

	PAGES
Ping-pong	174
Plongeon	41
Portrait	109, 138
Poterie	112, 113
Premiers soins (aquatiques)	33
Qi gong	77, 117
Quilles	116, 179
Raku	114
Randonnée pédestre	53, 81, 82, 84
Raquette	81
Sauvetage aquatique	33, 34
Sciences	128
Scoutisme	137, 138, 160, 172, 182, 190, 201
Scrabble	115, 163, 174, 183, 190
Sculpture	105, 172
Ski de fond	81, 82, 84
Soccer	66, 67, 172, 173, 177, 201
Stretching	67, 68, 77, 143, 153, 154, 191
Sumi-E	106
Taekwondo	68 à 73
Taï-chi et taiji	77, 191
Textiles (arts, travaux)	90 à 99, 183, 186
Théâtre	139, 191
Tir à l'arc	73
Tissage	91, 97, 98, 99, 140, 149, 183
Triathlon	40
Tricot	91, 98, 99, 149, 175, 183
Trotinette des neiges	81
Vitrail	140, 141, 192 à 194
Voile	52
Volleyball	73, 178, 194
Waterpolo	41 à 45
Whist	165, 174, 196
Workout	153, 154, 160, 195
Yoga et autres activités de relaxation	74 à 76, 78, 79, 146, 147
Zumba	80, 120, 121, 122, 147, 160, 178, 195

Liste des endroits

SIGLE	ADRESSE	CODE POSTAL	TÉLÉPHONE
AGB	Anneau Gaétan-Boucher, 929, avenue De Rochebelle	G1V 4H8	418 641-6281
AJC	Aréna Jacques-Côté, 2020, rue Narcisse-Roy	G1T 1V2	418 684-2166
BC	Bibliothèque Champigny, 1465, rue Félix-Antoine-Savard	G2G 1Z2	418 641-6145
BCHB	Bibliothèque Charles-H.-Blais, 1445, avenue Maguire	G1T 2W9	418 641-6276
BMC	Bibliothèque Monique-Corriveau, 1100, route de l'Église	G1V 4X6	418 641-6277
BPAS	Base de plein air de Sainte-Foy, 3180, rue Laberge	G1X 4B5	418 641-6282
BRL	Bibliothèque Roger-Lemelin, 4705, rue de la Promenade-des-Sœurs	G1Y 2W2	418 641-6143
CC	Centre de céramique de Sainte-Foy, 2130, rue de la Somme	G1V 0C3	418 688-3166
CCC	Centre communautaire Champigny, 7519, boulevard Wilfrid-Hamel	G2G 1C2	418 877-3328
CCCA	Centre communautaire Claude-Allard, 3200, avenue D'Amours	G1X 1L9	418 641-6278
CCCR	Centre communautaire de Cap-Rouge, 4473, rue Saint-Félix	G1Y 3A6	418 641-6254
CSA	Centre communautaire Jean-Marie-Roy, 4950, rue Lionel-Groulx, Saint-Augustin-de-Desmaures	G3A 1V2	
CCNB	Centre communautaire Noël-Brulart, 1229, avenue du Chanoine-Morel	G1S 4B1	418 641-6389
CDC	Collège des Compagnons, 3643, avenue des Compagnons	G1X 3Z6	
CDM	Centre Delphis-Marois, 300, rue de l'Entrain, Saint-Augustin-de-Desmaures	G3A 1L6	418 878-3639
CGM	Centre de glisse Myrand, 2150, avenue Chapdelaine	G1V 1N1	418 688-3046
CIH	Centre d'interprétation historique de Sainte-Foy, 2825, chemin Sainte-Foy	G1V 1W1	418 654-4576
CLNDF	Centre de loisirs Notre-Dame-de-Foy, 771, rue Jacques-Berthiaume	G1V 3T3	418 654-4287
CLSA	Centre de loisirs Saint-Ange, 1545, rang Saint-Ange	G2G 0E7	418 877-2090
CLSB	Centre de loisirs Pie-XII, 909, boulevard Pie-XII	G1X 3T4	418 654-4015
CLSD	Centre de loisirs Saint-Denys, 2770, rue de la Picardie	G1V 4V1	418 654-4302
CLSG	Centre de loisirs Sainte-Geneviève, 690, avenue de Cherbourg	G1X 2V9	418 654-4347
CLSJB	Centre de loisirs Saint-Jean-Baptiste-De La Salle, 2608, rue Biencourt	G1V 3H1	418 654-4687
CLSLF	Centre de loisirs Saint-Louis-de-France, 1560, route de l'Église	G1W 3P5	418 654-4271
CLSM	Centre de loisirs Saint-Mathieu, 1000, rue de Bar-le-Duc	G1W 4X6	418 654-4304
CLST	Centre de loisirs Saint-Thomas-d'Aquin, 895, avenue Myrand	G1V 2V8	418 688-3126
CLSU	Centre de loisirs Sainte-Ursule, 3224, rue Armand-Hamelin	G1W 2W7	418 654-4085
CMUS	Centre musical Uni-Son, 1675, rue Dina-Bélanger	G1S 4X6	418 684-2136
CNDF	Campus Notre-Dame-de-Foy, 5000, rue Clément-Lockquell, Saint-Augustin-de-Desmaures	G3A 2Y5	418 872-8242
CR	Campus De Rochebelle, 1095, avenue De Rochebelle	G1V 4P8	
CSRB	Centre sociorécréatif Les Bocages, 4850, rue du Sourcin, Saint-Augustin-de-Desmaures	G3A 2B2	418 872-3735
CSSB	Centre de services Saint-Benoît, 3454, rue Rochambeau	G1X 2G9	418 654-4305
CSSF	Centre sportif de Sainte-Foy, 930, avenue Roland-Beaudin	G1V 4H8	418 641-6275
CTS	Centre de loisirs des Trois-Saisons, 1390, rue Buffon	G2E 4X4	418 877-0672
CY	Centre de yoga de Sainte-Foy, 844, rue Paradis	G1V 4J5	418 688-3003
EA	Gymnase de l'école l'Abrisseau, 4675, rue de la Promenade-des-Sœurs	G1Y 3L6	418 650-7767
ECSM	Gymnase de l'école Saint-Mathieu, 995, avenue Duchesneau	G1W 4B8	418 654-3653
ECVC	Gymnase de l'école Coeur-Vaillant-Campanile, 3645, chemin Sainte-Foy	G1X 1T1	418 654-4156
EGM	Gymnase de l'école des Grandes-Marées, 1505, rue des Grandes-Marées	G1Y 2T3	418 650-7790
EGTHO	Sous-sol de l'église Saint-Thomas-d'Aquin, 824, avenue Paradis	G1V 2B7	
END	Gymnase de l'école Notre-Dame-de-Foy, 762, rue Jacques-Berthiaume	G1V 3T1	418 654-4788

SIGLE	ADRESSE	CODE POSTAL	TÉLÉPHONE
EP	Gymnase de l'école Les Primevères, 1465, rue Félix-Antoine-Savard	G2G 1P6	418 877-2201
EPCV	Gymnase de l'école Coeur-Vaillant, 1090, avenue de Liège	G1W 2W1	418 654-4289
EPF	Gymnase de l'école Filteau, 830, rue De Saurel	G1X 3P6	418 654-4184
EPFS	Gymnase de l'école Fernand-Seguin, 2600, rue Biencourt	G1V 1H3	418 654-4307
ES	Gymnase de l'école Les Sources, 1181, avenue Robert-L.-Séguin	G1X 4P5	418 877-2059
ESFR	Gymnase de l'école Saint-François, 1000, rue du Joli-Bois	G1V 3Z6	418 654-4079
ESG	Gymnase de l'école Sainte-Geneviève, 690, avenue de Cherbourg	G1X 2V9	418 654-4347
ESL2	Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France II, 1550, route de l'Église	G1W 3P5	418 654-4271
ESM	Gymnase de l'école Saint-Michel, 1684, rue Sheppard	G1S 1L2	418 684-2137
ESV	Gymnase de l'école Saint-Vincent, 995, avenue Wolfe	G1V 3J9	418 654-4416
ESY	Gymnase de l'école Saint-Yves, 2475, rue Triquet	G1W 1E3	418 654-4290
EXTV	Expo-théâtre de la Visitation, 814, route de l'Église	G1V 3T4	418 654-4576
JALR	Jardin communautaire Louis-Riel, 3155, rue du Grand-Voyer		
JAPSF	Jardin communautaire de la Pointe-de-Sainte-Foy, 3531, chemin Sainte-Foy	G1X 1T1	
JAS	Jardin communautaire de Sillery, 2020, rue Narcisse-Roy	G1T 1V2	
JAST	Jardin communautaire Saint-Thomas-de-Sainte-Foy, 2150, avenue Chapdelaine	G1V 1N1	
JAVN	Jardin communautaire du Versant-Nord, 3096, rue du Finistère	G1X 1G9	
LC	Courtepointe (La), 3180, avenue D'Amours	G1X 1L9	418 657-3836
LF	Fripe.com (La), 2120, rue Boivin	G1V 1N7	418 688-5162
MHB	Maison Hamel-Bruneau, 2608, chemin Saint-Louis	G1W 1N2	418 641-6280
MJE	Maison des jeunes L'Envol de Sainte-Foy, 873, route de l'Église	G1V 3T5	418 656-6039
MJS	Maison des Jésuites de Sillery, 2320, chemin du Foulon	G1T 1X4	418 654-0259
MJSI	Maison des jeunes de Sillery, 1225, avenue du Chanoine-Morel	G1S 4B1	418 527-4333
MJSY	Maison des jeunes La Symbiose de Cap-Rouge, 1210, rue Provancher	G1Y 1E2	418 650-7780
MLP	Maison Léon-Provancher, 1435, rue Provancher	G1Y 1R9	418 650-7785
MR	Maison Routhier, 3325, rue Rochambeau	G1X 3Y4	418 654-4296
PASM	Parc Saint-Mathieu, 1000, rue de Bar-le-Duc	G1W 4X6	418 654-4304
PAVISI	Site patrimonial de la Visitation, 801, route de l'Église	G1V 1W1	418 654-4576
PBE	Piscine Saint-Benoît, 3454, rue Rochambeau	G1X 2H1	418 641-4658
PE	Parc des Écores, 4001, rue Charles-A.-Roy	G1Y 3T9	
PEPS	Pavillon de l'éducation physique et des sports de l'Université Laval, 2300, rue de la Terrasse	G1V 0A6	
PFA	Parc de la Falaise, 1615, côte à Gignac	G1T 2M9	
PFL	Pavillon Félix-Leclerc de l'école De Rochebelle, 1095, avenue De Rochebelle	G1V 4P8	
PGG	Piscine Gérard-Guay, 1730, rue Sheppard	G1S 1L2	418 684-2135
PGV	Pavillon Gilles-Vigneault, 1095, avenue De Rochebelle, porte 4	G1V 4P8	418 641-6043
PJA	Piscine Jacques-Amyot, 3643, avenue des Compagnons	G1X 3Z6	418 641-6283
PJD	Parc Jean-Déry, 4227, rue Saint-Félix	G1X 1X4	
PM	Parc Myrand, 895, avenue Myrand	G1V 2V8	
PN	Parc nautique de Cap-Rouge, 4155, chemin de la Plage-Jacques-Cartier	G1Y 1W3	418 641-6148
PNDF	Parc Notre-Dame-de-Foy, 771, rue Jacques-Berthiaume	G1V 3T3	
PP	Parc Provancher, 4170, rue Michel-Hervé	G1Y 1T1	
PPJC	Parc de la Plage-Jacques-Cartier Secteur Est : 3636, chemin du Pavillon Secteur Ouest : 4155, chemin de la Plage-Jacques-Cartier	G1Y 1W3	418 654-4443

SIGLE	ADRESSE	CODE POSTAL	TÉLÉPHONE
PPL	Parc du Plateau, 4575, rue de la Promenade-des-Soeurs	G1Y 2S4	
PPR	Parc des Primevères, 1459, rue Félix-Antoine-Savard	G2G 1P6	
PRB	Parc Roland-Beaudin, 929, avenue Roland-Beaudin	G1V 4M8	
PRO	Parc Ross, 1290, avenue Ernest-Lavigne	G1T 2K6	
PRR	Parc Raymond-De Rosa, 3224, rue Armand-Hamelin	G1W 2W7	
PSB	Piscine Sylvie-Bernier, 3020, boulevard Hochelaga	G1V 3Y4	418 641-6284
PSBE	Parc Saint-Benoît, 3454, rue Rochambeau	G1X 2H1	
PSCG	Parc Saint-Charles-Garnier, 1730, rue Sheppard (accès via la rue Dina-Bélanger)	G1S 1L2	
PSD	Parc Saint-Denys, 2770, rue de la Picardie	G1V 4V1	
PSG	Parc Sainte-Geneviève, 3200, avenue D'Amours	G1X 1L9	
PSJB	Parc Saint-Jean-Baptiste-De La Salle, 2608, rue Biencourt	G1V 1H3	
PSLF	Parc Saint-Louis-de-France, 1560, route de l'Église	G1W 3P5	
PSM	Parc Saint-Michel, 2020, rue Narcisse-Roy	G1T 1V2	
PSY	Parc Saint-Yves, 2530, rue Anthony-Law	G1W 1J1	
SSEPF	Sous-sol de l'école Filteau, 830, rue De Saurel	G1X 3P6	418 654-4305
SSESC	Sous-sol de l'église Saint-Charles-Garnier, 1215, avenue du Chanoine-Morel	G1S 4B1	
SSESG	Sous-sol de l'église Sainte-Geneviève, 3180, avenue D'Amours	G1X 1L9	
SSESM	Sous-sol de l'école Saint-Mathieu, 995, avenue Duchesneau	G1W 4B8	418 654-4753
SSESU	Sous-sol de l'église Sainte-Ursule, 3290, rue Armand-Hamelin	G1W 2W9	418 654-4071
SSESY	Sous-sol de l'église Saint-Yves, 2470, rue Triquet	G1W 1E2	
VBA	Villa Bagatelle, 1563, chemin Saint-Louis	G1S 1G1	418 654-0259

Comment vous inscrire aux activités de loisirs?

L'Arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge présente la programmation des activités de loisirs offertes au cours de l'automne et de l'hiver par sa Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire ainsi que les organismes avec qui elle collabore. Soulignons que ces organismes se composent de citoyens bénévoles qui, dans l'organisation des loisirs, bénéficient du soutien de l'Arrondissement.

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Dans l'arrondissement, l'inscription aux activités de loisirs s'effectue de deux façons :

- par Internet,
- par la poste.

Par Internet

La Ville offre aux résidants de Québec la possibilité de s'inscrire en ligne à plusieurs activités de loisirs. Lorsque le pictogramme ci-contre apparaît à côté du nom d'une activité, c'est que l'inscription peut se faire sur son site Internet.

Pour vous inscrire sur le site Internet de la Ville :

- rendez-vous sur le **www.ville.quebec.qc.ca/programmationloisirs**;
- ouvrez votre Dossier loisir ou, si vous n'en avez pas, créez le vôtre dès maintenant;
- accédez à la section sur l'inscription en ligne à même votre Dossier loisir pour vous inscrire, vous et les membres de votre famille, s'il y a lieu, aux activités désirées;
- assurez-vous de pouvoir fournir votre numéro de carte de crédit, Visa ou Mastercard, ainsi qu'une adresse de courriel valide.

Si vous avez déjà votre Dossier loisir, veuillez mettre à jour vos renseignements personnels, s'il y a lieu (numéro de téléphone, adresse, etc.).

Période d'inscription

RÉSIDANTS DE QUÉBEC	AUTOMNE	HIVER
Activités du club de natation région de Québec (p. 46)	Du 22 août, 10 h, au 5 septembre, 22 h	Du 28 novembre, 10 h, au 4 janvier, 22 h
Activités du club de plongeon ARO de Québec (p. 41)	Du 22 août, 10 h, au 5 septembre, 16 h	Du 28 novembre, 10 h, au 19 décembre, 16 h
Québec Excellence Synchro de Québec (p. 34)	Du 22 août, 10 h, au 5 septembre, 22 h	Du 28 novembre, 10 h, au 3 janvier, 22 h
Autres activités	À compter du 22 août, 13 h	À compter du 7 décembre, 8 h 30
RÉSIDANTS D'AILLEURS	**À compter du 31 août, 8 h 30**	**À compter du 7 décembre, 8 h 30**

Certains organismes partenaires de l'Arrondissement offrent eux aussi le service d'inscription en ligne. Surveillez le pictogramme ci-contre. S'il figure près du nom d'un organisme, vous pouvez faire votre inscription sur le site Internet de celui-ci. Lisez bien les modalités d'inscription, car elles varient d'un organisme à l'autre.

Si vous n'avez pas d'ordinateur, vous pouvez vous présenter à une bibliothèque municipale (www.bibliothequedequebec.qc.ca), qui en mettra un à votre disposition.

Notez que **l'inscription en ligne est beaucoup plus rapide que celle effectuée par la poste**. Pensez-y, surtout si l'activité choisie est contingentée!

Par la poste

Pour envoyer votre inscription par la poste, vous devez, dans un premier temps, remplir la fiche appropriée. (Les fiches d'inscription se trouvent respectivement dans les pages 203 et 205, 207 et 209 de la présente programmation ou sur le site Internet de la Ville). Vous pouvez inscrire un maximum de trois activités sur une même fiche. Si vous avez besoin de plus d'une fiche, il suffit de faire des photocopies.

Veuillez :

- écrire lisiblement sur la fiche le code de l'activité et celui du groupe correspondant à l'activité choisie (ils sont inscrits dans les deux premières colonnes des tableaux, ex : AQUF3003, 02);
- y joindre une photocopie d'un justificatif de domicile (*preuve de résidence*), comme le compte de taxes ou autres (notez que les chèques personnalisés ne sont pas considérés comme des pièces justificatives);
- transmettre un chèque libellé à l'ordre de la Ville de Québec, lequel portera comme date celle qui précède de 15 jours le début de l'activité (par exemple, si elle commence le 15 septembre, inscrivez le 1er septembre);
- bien lire la description fournie par l'organisme qui offre l'activité, car les modalités d'inscription peuvent différer d'un organisme à l'autre.

Transmettez votre envoi à l'adresse suivante :

Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire
Édifice Andrée-P.-Boucher
1130, route de l'Église
Québec (Québec) G1V 4X6

Période d'inscription

RÉSIDANTS DE QUÉBEC	AUTOMNE	HIVER
Toutes les activités	Du 22 août au 5 septembre	Du 28 novembre au 19 décembre
RÉSIDANTS D'AILLEURS	**AUTOMNE**	**HIVER**
Toutes les activités	À compter du 31 août, 8 h 30	À compter 7 décembre, 8 h 30

Pour vous accommoder, la Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire vous permet aussi de déposer vos fiches d'inscription au bureau d'arrondissement, cela du 22 août au 5 septembre. Une boîte installée près de la réception du rez-de-chaussée a été prévue à cet effet.

TRAITEMENT DES INSCRIPTIONS

Les inscriptions faites via Internet sont traitées selon leur ordre d'arrivée tout comme celles transmises par la poste qui parviennent au bureau d'arrondissement pendant la période d'inscription.

Sachez toutefois que les fiches apportées directement au bureau d'arrondissement pendant la période d'inscription sont traitées à la fin de la journée où elles ont été reçues. Si elles sont acheminées avant le 22 août, soit avant le premier jour de la période d'inscription, elles seront traitées le 22 août en fin de journée. Un tirage au sort déterminera leur ordre d'arrivée.

La Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire se réserve le droit d'annuler une activité pour laquelle le nombre minimal de participants serait insuffisant. Si le groupe que vous avez choisi est complet, elle vous offrira la possibilité de vous joindre à un autre groupe ou encore d'être remboursé.

CONFIRMATION DES INSCRIPTIONS

Inscriptions transmises par Internet

Vous recevrez une confirmation électronique de votre inscription une fois celle-ci complétée.

Inscriptions transmises par la poste ou déposées au bureau d'arrondissement

Une confirmation d'inscription vous parviendra par **courriel** ou par la **poste** (aucune confirmation ne s'effectuera par téléphone). Vérifiez bien les renseignements qui y figurent. S'ils diffèrent de ceux que vous avez fournis, veuillez appeler sans tarder au 418 641-6003.

DROITS D'INSCRIPTION

Les droits d'inscription sont payables au complet. Lorsqu'elles s'appliquent, la TPS et la TVQ sont incluses dans le prix indiqué.

Notez que pour tous les effets retournés (chèque sans provision, arrêt de paiement, compte fermé ou introuvable, etc.) seront appliqués les frais prévus dans la réglementation municipale.

Personnes résidant à l'extérieur de Québec

Si vous habitez à l'extérieur de Québec, vous pourrez vous inscrire à une ou à des activités dès le **31 août (automne) ou le 7 décembre (hiver)**.

Vous aurez à payer 50 % de plus en droits d'inscription, à moins d'indication contraire. Certaines activités aquatiques échappent à cette règle. Si tel est le cas, les prix sont indiqués entre parenthèses dans le tableau se rapportant à l'activité ou dans la page à laquelle il renvoie.

REMBOURSEMENT

Activités offertes par les Arrondissements de la ville de Québec

Un remboursement complet est accordé lorsque l'Arrondissement, avant le début de la session, annule une activité qu'elle a organisée ou en modifie un horaire. Un remboursement complet est aussi remis lorsque le participant annule son inscription avant la date limite de l'inscription. S'il abandonne une activité après la période d'inscription ou durant la session, il ne recevra aucun remboursement.

Toutefois, lorsque l'abandon résulte d'une raison majeure, telle qu'une maladie, une blessure ou un déménagement, un remboursement pourra être accordé au prorata du nombre de jours d'activités auxquelles il ne s'est pas présenté. Il lui faudra présenter des pièces justificatives. Des frais d'administration équivalent à 15 % du coût de l'activité seront retenus.

À tous les effets retournés (ex. chèque sans provision, arrêt de paiement, compte fermé ou introuvable, etc.), les frais prévus dans la réglementation municipale seront appliqués.

Activités offertes par les organismes de loisirs

Les modalités de remboursement peuvent différer d'un organisme à l'autre. En matière de remboursement d'inscriptions, les organismes à but non lucratif sont assujettis à la Loi sur la protection du consommateur du Québec. Nous vous invitons à communiquer avec l'organisme concerné pour obtenir plus de renseignements.

REÇUS D'IMPÔT

Les parents qui peuvent réclamer des déductions fiscales liées à la garde des enfants doivent remplir la section *Responsable du dossier*, qui se trouve dans leur *Dossier loisir*.

ACTIVITÉS SUR GLACE DANS LES ARÉNAS

Une contribution financière est demandée aux municipalités voisines afin de permettre aux jeunes âgés de 21 ans et moins, résidant dans celles-ci, de s'inscrire aux sports sur glace. Cette contribution est versée à la Ville de Québec à la suite d'une entente conclue avec chaque municipalité concernée. Cette entente peut prendre la forme d'échanges de services. Les personnes résidant à l'extérieur de Québec sont donc invitées à s'informer auprès de leur Municipalité pour savoir si elles peuvent s'inscrire à une activité offerte dans la ville de Québec et si des frais supplémentaires s'appliquent.

PROGRAMME ACCÈS-LOISIRS

Les personnes et les familles aux prises avec des difficultés financières peuvent, à certaines conditions, participer gratuitement à des activités culturelles, sportives et à des activités de plein air. Il leur suffit de se présenter au bureau de la Courtepointe, situé au centre communautaire Claude-Allard (3200, avenue D'Amours), aux heures indiquées ci-dessous. L'offre dépend des places disponibles.

Période d'inscription

Automne : le 9 septembre de 13 h à 19 h et le 10 septembre de 9 h à 16 h

Hiver : le 13 janvier de 13 h à 19 h et le 14 janvier de 9 h à 16 h

Renseignements supplémentaires : 418 657-4821; www.accesloisirsquebec.org

LÉGENDE DES PICTOGRAMMES

- Inscription sur le site Internet de Ville de Québec
- Inscription sur le site Internet de l'organisme
- Handicap physique
- Handicap intellectuel
- Activité pour la famille
- Nouveauté

Activités aquatiques

- Aucune reprise de cours en cas d'absence

AQUAFORME (16 ans ou plus)

- Ce cours est axé sur la mise en forme générale. Il se déroule dans une section peu profonde de la piscine.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3003	01	Adultes	Lun. 17 h à 17 h 55	PSB	2015-09-21	10 sem.	p. 16
AQUF3003	02	Adultes	Lun. 18 h à 18 h 55	PSB	2015-09-21	10 sem.	p. 16
AQUF3003	03	Adultes	Mar. 7 h à 7 h 55	PSB	2015-09-22	10 sem.	p. 16
AQUF3003	04	Adultes, taille forte	Mar. 17 h à 17 h 55	PSB	2015-09-22	10 sem.	p. 16
AQUF3003	05	Adultes	Mar. 18 h à 18 h 55	PSB	2015-09-22	10 sem.	p. 16
AQUF3003	06	Adultes	Mar. 19 h à 19 h 55	PSB	2015-09-22	10 sem.	p. 16
AQUF3003	07	Adultes	Mer. 17 h à 17 h 55	PSB	2015-09-23	10 sem.	p. 16
AQUF3003	08	Adultes	Mer. 18 h à 18 h 55	PSB	2015-09-23	10 sem.	p. 16
AQUF3003	09	Adultes	Jeu. 7 h à 7 h 55	PSB	2015-09-24	10 sem.	p. 16
AQUF3003	10	Adultes, taille forte	Jeu. 17 h à 17 h 55	PSB	2015-09-24	10 sem.	p. 16
AQUF3003	11	Adultes	Jeu. 18 h à 18 h 55	PSB	2015-09-24	10 sem.	p. 16

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3003	51	Adultes	Lun. 17 h à 17 h 55	PSB	2016-01-11	10 sem.	p. 16
AQUF3003	52	Adultes	Lun. 18 h à 18 h 55	PSB	2016-01-11	10 sem.	p. 16
AQUF3003	53	Adultes	Mar. 7 h à 7 h 55	PSB	2016-01-12	10 sem.	p. 16
AQUF3003	54	Adultes, taille forte	Mar. 17 h à 17 h 55	PSB	2016-01-12	10 sem.	p. 16
AQUF3003	55	Adultes	Mar. 18 h à 18 h 55	PSB	2016-01-12	10 sem.	p. 16
AQUF3003	56	Adultes	Mar. 19 h à 19 h 55	PSB	2016-01-12	10 sem.	p. 16
AQUF3003	57	Adultes	Mer. 17 h à 17 h 55	PSB	2016-01-13	10 sem.	p. 16
AQUF3003	58	Adultes	Mer. 18 h à 18 h 55	PSB	2016-01-13	10 sem.	p. 16
AQUF3003	59	Adultes	Jeu. 7 h à 7 h 55	PSB	2016-01-14	10 sem.	p. 16
AQUF3003	60	Adultes, taille forte	Jeu. 17 h à 17 h 55	PSB	2016-01-14	10 sem.	p. 16
AQUF3003	61	Adultes	Jeu. 18 h à 18 h 55	PSB	2016-01-14	10 sem.	p. 16

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

AQUAFORME

- Ce cours est axé sur la mise en forme générale. Il se déroule dans une section peu profonde de la piscine.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3005	01	55 ans et +	Lun. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-09-21	10 sem.	p. 16
AQUF3005	02	55 ans et +	Mar. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-09-22	10 sem.	p. 16
AQUF3005	03	55 ans et +	Mer. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-09-23	10 sem.	p. 16
AQUF3005	04	55 ans et +	Jeu. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-09-24	10 sem.	p. 16
AQUF3005	05	55 ans et +	Ven. 8 h 05 à 9 h	PSB	2015-09-18	10 sem.	p. 16
AQUF3006	01	55 ans et +, groupe 3	À déterminer, 2 fois/sem.	PSB	À déterminer	10 sem.	118 $
AQUF3006	02	55 ans et +, groupe 4	À déterminer, 2 fois/sem.	PSB	À déterminer	10 sem.	118 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3005	51	55 ans et +	Lun. 8 h à 8 h 55	PSB	2016-01-11	10 sem.	p. 16
AQUF3005	52	55 ans et +	Mar. 8 h à 8 h 55	PSB	2016-01-12	10 sem.	p. 16
AQUF3005	53	55 ans et +	Mer. 8 h à 8 h 55	PSB	2016-01-13	10 sem.	p. 16
AQUF3005	54	55 ans et +	Jeu. 8 h à 8 h 55	PSB	2016-01-14	10 sem.	p. 16
AQUF3005	55	55 ans et +	Ven. 8 h 05 à 9 h	PSB	2016-01-08	10 sem.	p. 16
AQUF3006	51	55 ans et +, groupe 3	À déterminer, 2 fois/sem.	PSB	À déterminer	10 sem.	118 $
AQUF3006	52	55 ans et +, groupe 4	À déterminer, 2 fois/sem.	PSB	À déterminer	10 sem.	118 $

AQUAFORME ET AQUAJOGGING (Combiné) (16 ans ou plus)

- Ce cours est axé sur la mise en forme générale. Il se déroule dans les sections profonde et peu profonde de la piscine.
- Préalables : être à l'aise dans l'eau profonde et savoir nager
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3002	01	Adultes	Dim. 20 h à 20 h 55	**PJA**	2015-09-20	10 sem.	p. 16

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3002	51	Adultes	Dim. 20 h à 20 h 55	**PJA**	2016-01-10	10 sem.	p. 16

AQUAJOGGING (16 ans ou plus)

- Ce cours est axé sur la mise en forme générale. Il se déroule dans une section profonde de la piscine.
- Préalables : être à l'aise dans l'eau profonde et savoir nager
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3009	01	Adultes	Dim. 19 h à 19 h 55	**PJA**	2015-09-20	10 sem.	p. 16
AQUF3009	02	Adultes	Jeu. 19 h à 19 h 55	PSB	2015-09-24	10 sem.	p. 16
AQUF3010	01	55 ans et +	Mar. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-09-22	10 sem.	p. 16
AQUF3010	02	55 ans et +	Jeu. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-09-24	10 sem.	p. 16
AQUF3010	03	55 ans et +	Ven. 8 h 05 à 9 h	PSB	2015-09-18	10 sem.	p. 16

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3009	51	Adultes	Dim. 19 h à 19 h 55	**PJA**	2016-01-10	10 sem.	p. 16
AQUF3009	52	Adultes	Jeu. 19 h à 19 h 55	PSB	2016-01-14	10 sem.	p. 16
AQUF3010	51	55 ans et +	Mar. 8 h à 8 h 55	PSB	2016-01-12	10 sem.	p. 16
AQUF3010	52	55 ans et +	Jeu. 8 h à 8 h 55	PSB	2016-01-14	10 sem.	p. 16
AQUF3010	53	55 ans et +	Ven. 8 h 05 à 9 h	PSB	2016-01-08	10 sem.	p. 16

AQUASPINNING (16 ans ou plus)

- Ce cours est axé sur la mise en forme générale. Il s'adresse aussi bien au débutant qu'à l'expert. Les participants pédalent sur un vélo immergé dans la piscine.
- Le port des chaussures d'eau est recommandé.
- L'installation des vélos dans la piscine est sous la responsabilité des participants.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUG3013	01	Adultes	Lun. 19 h à 19 h 55	PSB	2015-09-21	10 sem.	p. 16
AQUG3013	02	Adultes	Lun. 20 h à 20 h 55	PSB	2015-09-21	10 sem.	p. 16
AQUG3013	03	Adultes	Mar. 20 h à 20 h 55	PSB	2015-09-22	10 sem.	p. 16
AQUG3013	04	Adultes	Mer. 19 h à 19 h 55	PSB	2015-09-23	10 sem.	p. 16
AQUG3013	05	Adultes	Mer. 20 h à 20 h 55	PSB	2015-09-23	10 sem.	p. 16
AQUG3013	06	Adultes	Jeu. 20 h à 20 h 55	PSB	2015-09-24	10 sem.	p. 16

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUG3013	51	Adultes	Lun. 19 h à 19 h 55	PSB	2016-01-11	10 sem.	p. 16
AQUG3013	52	Adultes	Lun. 20 h à 20 h 55	PSB	2016-01-11	10 sem.	p. 16
AQUG3013	53	Adultes	Mar. 20 h à 20 h 55	PSB	2016-01-12	10 sem.	p. 16
AQUG3013	54	Adultes	Mer. 19 h à 19 h 55	PSB	2016-01-13	10 sem.	p. 16

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

AQUASPINNING (16 ans ou plus) (SUITE)

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUG3013	55	Adultes	Mer. 20 h à 20 h 55	PSB	2016-01-13	10 sem.	Ci-dessous
AQUG3013	56	Adultes	Jeu. 20 h à 20 h 55	PSB	2016-01-14	10 sem.	Ci-dessous

Coûts des cours énumérés dans les pages 13 et 16

	1 FOIS SEM.	2 FOIS SEM.	3 FOIS SEM.	4 FOIS SEM.	5 FOIS SEM.
Automne					
Adultes					
résidant à Québec	78 $	137 $	206 $	275 $	344 $
résidant ailleurs	117 $	205,50 $	309 $	412,50 $	516 $
Aînés (55 et +)					
résidant à Québec	66 $	118 $	173 $	230 $	289 $
résidant ailleurs	117 $	202,50 $	309 $	412,50 $	516 $
Hiver					
Adultes					
résidant à Québec	78 $	137 $	206 $	275 $	344 $
résidant ailleurs	117 $	205,50 $	309 $	412,50 $	516 $
Aînés (55 et +)					
résidant à Québec	66 $	118 $	173 $	230 $	289 $
résidant ailleurs	117 $	202,50 $	309 $	412,50 $	516 $

CROIX-ROUGE NATATION, PRÉSCOLAIRE

(De 6 mois à 6 ans moins un jour, à la date de début du cours)

- Aucun cours ne peut être repris en cas d'absence.
- Les parents accompagnant l'enfant doivent choisir un vestiaire selon leur sexe.

Les montants indiqués entre parenthèses sont ceux que doivent payer les personnes résidant à l'extérieur de Québec.

ÉTOILE DE MER / 6 À 12 MOIS

- Dans ce cours d'initiation, l'enfant découvre qu'il peut flotter; il apprend graduellement à entrer dans l'eau et à s'y mouvoir. L'emploi du ballon dorsal est recommandé.
- Préalable : l'enfant doit pouvoir lever sa tête sans aide.
- Exigence : un parent doit accompagner l'enfant dans l'eau.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3001	01	Sam. 9 h 10 à 9 h 40	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3001	02	Sam. 11 h à 11 h 30	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3001	03	Dim. 9 h 10 à 9 h 40	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3001	51	Sam. 9 h 10 à 9 h 40	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3001	52	Sam. 11 h à 11 h 30	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3001	53	Dim. 9 h 10 à 9 h 40	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)

CANARD / 12 À 24 MOIS

- Ce cours permet à l'enfant de prendre de l'assurance en prenant part aux activités aquatiques et aux jeux proposés. L'emploi du ballon dorsal est recommandé.
- Exigence : un parent doit accompagner l'enfant dans l'eau.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3002	01	Ven. 17 h 30 à 18 h	PSB	2015-09-18	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3002	02	Sam. 8 h à 8 h 30	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3002	03	Sam. 10 h à 10 h 30	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3002	04	Sam. 10 h 45 à 11 h 15	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3002	05	Sam. 11 h 55 à 12 h 25	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3002	06	Dim. 8 h à 8 h 30	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3002	07	Dim. 10 h 45 à 11 h 15	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3002	51	Ven. 17 h 30 à 18 h	PSB	2016-01-08	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3002	52	Sam. 8 h à 8 h 30	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3002	53	Sam. 10 h à 10 h 30	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3002	54	Sam. 10 h 45 à 11 h 15	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3002	55	Sam. 11 h 55 à 12 h 25	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3002	56	Dim. 8 h à 8 h 30	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3002	57	Dim. 10 h 45 à 11 h 15	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)

TORTUE DE MER / 24 À 36 MOIS

- Dans ce cours, l'enfant acquiert une plus grande autonomie. Il développe son habileté à glisser et à flotter. Il se familiarise avec l'eau en faisant des entrées sécuritaires. L'emploi du ballon dorsal est recommandé.
- Exigence : un parent doit accompagner l'enfant dans l'eau.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3003	01	Ven. 18 h à 18 h 30	PSB	2015-09-18	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	02	Ven. 18 h 30 à 19 h	PSB	2015-09-18	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	03	Sam. 8 h 35 à 9 h 05	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

TORTUE DE MER / 24 À 36 MOIS (SUITE)

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3003	04	Sam. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	05	Sam. 11 h 20 à 11 h 50	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	06	Sam. 11 h 30 à 12 h	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	07	Sam. 12 h 30 à 13 h	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	08	Dim. 8 h 35 à 9 h 05	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	09	Dim. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	10	Dim. 11 h 20 à 11 h 50	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3003	51	Ven. 18 h à 18 h 30	PSB	2016-01-08	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	52	Ven. 18 h 30 à 19 h	PSB	2016-01-08	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	53	Sam. 8 h 35 à 9 h 05	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	54	Sam. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	55	Sam. 11 h 20 à 11 h 50	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	56	Sam. 11 h 30 à 12 h	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	57	Sam. 12 h 30 à 13 h	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	58	Dim. 8 h 35 à 9 h 05	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	59	Dim. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3003	60	Dim. 11 h 20 à 11 h 50	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)

LOUTRE DE MER / 3 À 5 ANS

- Ce cours de transition permet à l'enfant, qui est confié graduellement aux bons soins du moniteur, d'améliorer sa capacité à flotter et à glisser. Il apprend à nager 1 m seul.
- Exigence : un parent doit accompagner l'enfant dans l'eau jusqu'à ce que sa présence ne soit plus nécessaire.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3004	01	Ven. 17 h 30 à 18 h	PSB	2015-09-18	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	02	Ven. 18 h à 18 h 30	PSB	2015-09-18	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	03	Ven. 18 h 45 à 19 h 15	PSB	2015-09-18	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	04	Sam. 8 h à 8 h 30	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	05	Sam. 8 h 35 à 9 h 05	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	06	Sam. 9 h 10 à 9 h 40	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	07	Sam. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	08	Sam. 10 h 20 à 10 h 50	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	09	Sam. 10 h 30 à 11 h	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	10	Sam. 11 h à 11 h 30	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	11	Sam. 11 h 20 à 11 h 50	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3004	12	Sam. 11 h 55 à 12 h 25	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	13	Sam. 12 h à 12 h 30	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	14	Sam. 12 h 30 à 13 h	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	15	Dim. 8 h à 8 h 30	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	16	Dim. 8 h 35 à 9 h 05	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	17	Dim. 9 h 10 à 9 h 40	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	18	Dim. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	19	Dim. 10 h 20 à 10 h 50	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	20	Dim. 11 h 20 à 11 h 50	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	21	Dim. 11 h 55 à 12 h 25	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	22	Dim. 12 h 30 à 13 h	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3004	51	Ven. 17 h 30 à 18 h	PSB	2016-01-08	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	52	Ven. 18 h à 18 h 30	PSB	2016-01-08	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	53	Ven. 18 h 45 à 19 h 15	PSB	2016-01-08	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	54	Sam. 8 h à 8 h 30	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	55	Sam. 8 h 35 à 9 h 05	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	56	Sam. 9 h 10 à 9 h 40	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	57	Sam. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	58	Sam. 10 h 20 à 10 h 50	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	59	Sam. 10 h 30 à 11 h	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	60	Sam. 11 h à 11 h 30	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	61	Sam. 11 h 20 à 11 h 50	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	62	Sam. 11 h 55 à 12 h 25	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	63	Sam. 12 h à 12 h 30	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	64	Sam. 12 h 30 à 13 h	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	65	Dim. 8 h à 8 h 30	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	66	Dim. 8 h 35 à 9 h 05	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	67	Dim. 9 h 10 à 9 h 40	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	68	Dim. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	69	Dim. 10 h 20 à 10 h 50	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	70	Dim. 11 h 20 à 11 h 50	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	71	Dim. 11 h 55 à 12 h 25	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3004	72	Dim. 12 h 30 à 13 h	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

SALAMANDRE / 3 À 5 ANS

- Préalables : être à l'aise dans l'eau peu profonde sans la présence du parent, flotter avec de l'aide et immerger le visage au moins 3 secondes.
- Exigence : l'enfant doit avoir au moins 3 ans au premier cours.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3005	01	Ven. 17 h 30 à 18 h	PSB	2015-09-18	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	02	Ven. 18 h à 18 h 30	PSB	2015-09-18	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	03	Ven. 18 h 45 à 19 h 15	PSB	2015-09-18	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	04	Sam. 8 h à 8 h 30	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	05	Sam. 8 h 35 à 9 h 05	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	06	Sam. 9 h 10 à 9 h 40	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	07	Sam. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	08	Sam. 10 h à 10 h 30	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	09	Sam. 10 h 20 à 10 h 50	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	10	Sam. 10 h 55 à 11 h 25	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	11	Sam. 11 h à 11 h 30	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	12	Sam. 11 h 55 à 12 h 25	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	13	Sam. 12 h 30 à 13 h	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	14	Dim. 8 h à 8 h 30	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	15	Dim. 8 h 35 à 9 h 05	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	16	Dim. 9 h 10 à 9 h 40	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	17	Dim. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	18	Dim. 10 h 20 à 10 h 50	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	19	Dim. 10 h 55 à 11 h 25	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3005	51	Ven. 17 h 30 à 18 h	PSB	2016-01-08	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	52	Ven. 18 h à 18 h 30	PSB	2016-01-08	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	53	Ven. 18 h 45 à 19 h 15	PSB	2016-01-08	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	54	Sam. 8 h à 8 h 30	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	55	Sam. 8 h 35 à 9 h 05	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	56	Sam. 9 h 10 à 9 h 40	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	57	Sam. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	58	Sam. 10 h à 10 h 30	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	59	Sam. 10 h 20 à 10 h 50	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	60	Sam. 10 h 55 à 11 h 25	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	61	Sam. 11 h à 11 h 30	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	62	Sam. 11 h 55 à 12 h 25	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	63	Sam. 12 h 30 à 13 h	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3005	64	Dim. 8 h à 8 h 30	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	65	Dim. 8 h 35 à 9 h 05	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	66	Dim. 9 h 10 à 9 h 40	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	67	Dim. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	68	Dim. 10 h 20 à 10 h 50	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3005	69	Dim. 10 h 55 à 11 h 25	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)

POISSON-LUNE / 3 À 5 ANS

- Préalables : avoir réussi le cours Salamandre, pouvoir flotter sur le ventre et sur le dos sans aide et nager 2 m
- Niveau équivalent pour un enfant de 6 ans : Junior 1
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3006	01	Ven. 18 h à 18 h 30	PSB	2015-09-18	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	02	Ven. 19 h à 19 h 30	PSB	2015-09-18	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	03	Ven. 19 h 30 à 20 h	PSB	2015-09-18	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	04	Sam. 8 h 35 à 9 h 05	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	05	Sam. 9 h 10 à 9 h 40	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	06	Sam. 10 h 10 à 10 h 40	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	07	Sam. 10 h 45 à 11 h 15	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	08	Sam. 11 h 15 à 11 h 45	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	09	Sam. 11 h 20 à 11 h 50	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	10	Sam. 11 h 55 à 12 h 25	PSB	2015-09-19	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	11	Dim. 8 h 35 à 9 h 05	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	12	Dim. 9 h 10 à 9 h 40	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	13	Dim. 10 h 10 à 10 h 40	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	14	Dim. 10 h 45 à 11 h 15	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	15	Dim. 11 h 20 à 11 h 50	PSB	2015-09-20	10 sem.	49 $ (81 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3006	51	Ven. 18 h à 18 h 30	PSB	2016-01-08	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	52	Ven. 19 h à 19 h 30	PSB	2016-01-08	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	53	Ven. 19 h 30 à 20 h	PSB	2016-01-08	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	54	Sam. 8 h 35 à 9 h 05	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	55	Sam. 9 h 10 à 9 h 40	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	56	Sam. 10 h 10 à 10 h 40	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	57	Sam. 10 h 45 à 11 h 15	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	58	Sam. 11 h 15 à 11 h 45	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	59	Sam. 11 h 20 à 11 h 50	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	60	Sam. 11 h 55 à 12 h 25	PSB	2016-01-09	10 sem.	49 $ (81 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

POISSON-LUNE / 3 À 5 ANS (SUITE)

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3006	61	Dim. 8 h 35 à 9 h 05	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	62	Dim. 9 h 10 à 9 h 40	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	63	Dim. 10 h 10 à 10 h 40	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	64	Dim. 10 h 45 à 11 h 15	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)
PRES3006	65	Dim. 11 h 20 à 11 h 50	PSB	2016-01-10	10 sem.	49 $ (81 $)

CROCODILE / 3 À 5 ANS

- Ce cours en est un de transition. L'enfant se familiarise avec l'eau plus profonde.
- Préalables : avoir réussi le cours Poisson-lune ou pouvoir sauter dans l'eau peu profonde, flotter et glisser sur le ventre et sur le dos sans aide, se maintenir à la surface 5 secondes et nager 5 m de façon continue
- Niveau équivalent pour un enfant de plus de 6 ans : Junior 2
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3007	01	Ven. 18 h 30 à 19 h 15	PSB	2015-09-18	10 sem.	54 $ (89 $)
PRES3007	02	Ven. 19 h 15 à 20 h	PSB	2015-09-18	10 sem.	54 $ (89 $)
PRES3007	03	Sam. 8 h 50 à 9 h 35	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
PRES3007	04	Sam. 10 h 45 à 11 h 30	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
PRES3007	05	Sam. 10 h 55 à 11 h 40	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
PRES3007	06	Dim. 8 h 50 à 9 h 35	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)
PRES3007	07	Dim. 10 h 55 à 11 h 40	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3007	51	Ven. 18 h 30 à 19 h 15	PSB	2016-01-08	10 sem.	54 $ (89 $)
PRES3007	52	Ven. 19 h 15 à 20 h	PSB	2016-01-08	10 sem.	54 $ (89 $)
PRES3007	53	Sam. 8 h 50 à 9 h 35	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
PRES3007	54	Sam. 10 h 45 à 11 h 30	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
PRES3007	55	Sam. 10 h 55 à 11 h 40	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
PRES3007	56	Dim. 8 h 50 à 9 h 35	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)
PRES3007	57	Dim. 10 h 55 à 11 h 40	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)

BALEINE / 3 À 5 ANS

- Préalables : avoir réussi le cours Crocodile ou être en mesure de se déplacer dans l'eau profonde, de flotter et de glisser sur le ventre, sur le dos et sur le côté sans aide et nager 10 m de façon continue
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3008	01	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2015-09-18	10 sem.	54 $ (89 $)
PRES3008	02	Sam. 10 h 05 à 10 h 50	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
PRES3008	03	Dim. 10 h 05 à 10 h 50	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
PRES3008	51	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2016-01-08	10 sem.	54 $ (89 $)
PRES3008	52	Sam. 10 h 05 à 10 h 50	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
PRES3008	53	Dim. 10 h 05 à 10 h 50	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)

CROIX-ROUGE NATATION, JUNIOR

- Les participants doivent avoir 6 ans au début des cours.

JUNIOR 1 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 1

- Ce cours familiarise le jeune avec les installations aquatiques. Il s'adresse à celui qui n'a jamais suivi de cours de natation ou qui se sent peu à l'aise dans l'eau ou encore à celui qui ne peut nager seul. Le participant est initié à la flottabilité et aux glissements.
- Niveau équivalent pour un enfant de moins de 6 ans : Poisson-Lune
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3001	01	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2015-09-18	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	02	Ven. 18 h 30 à 19 h 15	PSB	2015-09-18	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	03	Ven. 19 h 15 à 20 h	PSB	2015-09-18	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	04	Sam. 8 h à 8 h 45	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	05	Sam. 9 h 15 à 10 h	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	06	Sam. 10 h 05 à 10 h 50	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	07	Sam. 10 h 30 à 11 h 15	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	08	Sam. 10 h 55 à 11 h 40	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	09	Sam. 11 h 45 à 12 h 30	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	10	Sam. 11 h 45 à 12 h 30	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	11	Dim. 8 h à 8 h 45	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	12	Dim. 9 h 15 à 10 h	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	13	Dim. 10 h 05 à 10 h 50	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	14	Dim. 10 h 55 à 11 h 40	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	15	Dim. 11 h 45 à 12 h 30	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

JUNIOR 1 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 1 (SUITE)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3001	51	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2016-01-08	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	52	Ven. 18 h 30 à 19 h 15	PSB	2016-01-08	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	53	Ven. 19 h 15 à 20 h	PSB	2016-01-08	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	54	Sam. 8 h à 8 h 45	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	55	Sam. 9 h 15 à 10 h	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	56	Sam. 10 h 05 à 10 h 50	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	57	Sam. 10 h 30 à 11 h 15	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	58	Sam. 10 h 55 à 11 h 40	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	59	Sam. 11 h 45 à 12 h 30	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	60	Sam. 11 h 45 à 12 h 30	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	61	Dim. 8 h à 8 h 45	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	62	Dim. 9 h 15 à 10 h	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	63	Dim. 10 h 05 à 10 h 50	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	64	Dim. 10 h 55 à 11 h 40	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3001	65	Dim. 11 h 45 à 12 h 30	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)

JUNIOR 2 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 2

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 1 ou pouvoir se déplacer dans l'eau profonde avec de l'aide, flotter et glisser sur le ventre et sur le dos sans aide et nager 5 m de façon continue
- Niveau équivalent pour un enfant de moins de 6 ans : Crocodile
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3002	01	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2015-09-18	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	02	Ven. 18 h 30 à 19 h 15	PSB	2015-09-18	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	03	Ven. 18 h 45 à 19 h 30	PSB	2015-09-18	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	04	Ven. 19 h 15 à 20 h	PSB	2015-09-18	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	05	Sam. 8 h à 8 h 45	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	06	Sam. 8 h 50 à 9 h 35	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	07	Sam. 9 h 40 à 10 h 25	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	08	Sam. 10 h à 10 h 45	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	09	Sam. 10 h 55 à 11 h 40	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	10	Sam. 11 h 30 à 12 h 15	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	11	Sam. 11 h 45 à 12 h 30	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	12	Sam. 12 h à 12 h 45	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	13	Dim. 8 h à 8 h 45	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	14	Dim. 8 h 50 à 9 h 35	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	15	Dim. 9 h 40 à 10 h 25	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3002	16	Dim. 10 h 55 à 11 h 40	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	17	Dim. 11 h 45 à 12 h 30	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3002	51	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2016-01-08	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	52	Ven. 18 h 30 à 19 h 15	PSB	2016-01-08	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	53	Ven. 18 h 45 à 19 h 30	PSB	2016-01-08	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	54	Ven. 19 h 15 à 20 h	PSB	2016-01-08	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	55	Sam. 8 h à 8 h 45	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	56	Sam. 8 h 50 à 9 h 35	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	57	Sam. 9 h 40 à 10 h 25	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	58	Sam. 10 h à 10 h 45	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	59	Sam. 10 h 55 à 11 h 40	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	60	Sam. 11 h 30 à 12 h 15	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	61	Sam. 11 h 45 à 12 h 30	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	62	Sam. 12 h à 12 h 45	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	63	Dim. 8 h à 8 h 45	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	64	Dim. 8 h 50 à 9 h 35	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	65	Dim. 9 h 40 à 10 h 25	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	66	Dim. 10 h 55 à 11 h 40	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3002	67	Dim. 11 h 45 à 12 h 30	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)

JUNIOR 3 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 3

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 2 ou nager 5 m sur le ventre, en tournant les bras, et nager 10 m sur le dos
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3003	01	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2015-09-18	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	02	Ven. 19 h 15 à 20 h	PSB	2015-09-18	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	03	Sam. 8 h à 8 h 45	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	04	Sam. 9 h 15 à 10 h	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	05	Sam. 10 h à 10 h 45	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	06	Sam. 10 h 05 à 10 h 50	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	07	Sam. 10 h 55 à 11 h 40	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	08	Sam. 11 h 45 à 12 h 30	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	09	Dim. 8 h à 8 h 45	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	10	Dim. 9 h 15 à 10 h	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	11	Dim. 10 h 05 à 10 h 50	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	12	Dim. 10 h 55 à 11 h 40	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	13	Dim. 11 h 45 à 12 h 30	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

JUNIOR 3 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 3 (SUITE)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3003	51	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2016-01-08	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	52	Ven. 19 h 15 à 20 h	PSB	2016-01-08	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	53	Sam. 8 h à 8 h 45	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	54	Sam. 9 h 15 à 10 h	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	55	Sam. 10 h à 10 h 45	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	56	Sam. 10 h 05 à 10 h 50	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	57	Sam. 10 h 55 à 11 h 40	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	58	Sam. 11 h 45 à 12 h 30	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	59	Dim. 8 h à 8 h 45	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	60	Dim. 9 h 15 à 10 h	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	61	Dim. 10 h 05 à 10 h 50	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	62	Dim. 10 h 55 à 11 h 40	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3003	63	Dim. 11 h 45 à 12 h 30	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)

JUNIOR 4 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 4

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 3 ou pouvoir nager le crawl sur une distance de 5 m, nager 10 m sur le dos et 15 m de façon continue
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3004	01	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2015-09-18	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	02	Ven. 18 h 45 à 19 h 30	PSB	2015-09-18	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	03	Ven. 19 h à 19 h 45	PSB	2015-09-18	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	04	Sam. 8 h à 8 h 45	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	05	Sam. 8 h 50 à 9 h 35	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	06	Sam. 9 h 40 à 10 h 25	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	07	Sam. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	08	Sam. 10 h 45 à 11 h 30	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	09	Sam. 11 h 45 à 12 h 30	PSB	2015-09-19	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	10	Dim. 8 h à 8 h 45	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	11	Dim. 8 h 50 à 9 h 35	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	12	Dim. 9 h 40 à 10 h 25	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	13	Dim. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3004	51	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2016-01-08	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	52	Ven. 18 h 45 à 19 h 30	PSB	2016-01-08	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	53	Ven. 19 h à 19 h 45	PSB	2016-01-08	10 sem.	54 $ (89 $)

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3004	54	Sam. 8 h à 8 h 45	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	55	Sam. 8 h 50 à 9 h 35	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	56	Sam. 9 h 40 à 10 h 25	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	57	Sam. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	58	Sam. 10 h 45 à 11 h 30	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	59	Sam. 11 h 45 à 12 h 30	PSB	2016-01-09	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	60	Dim. 8 h à 8 h 45	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	61	Dim. 8 h 50 à 9 h 35	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	62	Dim. 9 h 40 à 10 h 25	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)
JUNI3004	63	Dim. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)

JUNIOR 5 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 5

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 4 ou pouvoir, sur 10 m, nager le crawl, nager sur le dos et enfin, nager 25 m (1 longueur) de façon continue
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3005	01	Ven. 18 h à 18 h 55	PSB	2015-09-18	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3005	02	Sam. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3005	03	Sam. 9 h à 9 h 55	PSB	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3005	04	Sam. 10 h à 10 h 55	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3005	05	Sam. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3005	06	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3005	07	Dim. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-09-20	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3005	08	Dim. 9 h à 9 h 55	PSB	2015-09-20	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3005	09	Dim. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2015-09-20	10 sem.	61 $ (101 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3005	51	Ven. 18 h à 18 h 55	PSB	2016-01-08	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3005	52	Sam. 8 h à 8 h 55	PSB	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3005	53	Sam. 9 h à 9 h 55	PSB	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3005	54	Sam. 10 h à 10 h 55	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3005	55	Sam. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3005	56	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3005	57	Dim. 8 h à 8 h 55	PSB	2016-01-10	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3005	58	Dim. 9 h à 9 h 55	PSB	2016-01-10	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3005	59	Dim. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2016-01-10	10 sem.	61 $ (101 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

JUNIOR 6 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 6

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 5 ou pouvoir nager le crawl et le dos crawlé sur 15 m et exécuter le coup de pied fouetté sur le dos sur 5 m et nager 50 m (2 longueurs) de façon continue
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3006	01	Ven. 18 h à 18 h 55	PSB	2015-09-18	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3006	02	Sam. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3006	03	Sam. 9 h à 9 h 55	PSB	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3006	04	Sam. 10 h à 10 h 55	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3006	05	Sam. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3006	06	Dim. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-09-20	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3006	07	Dim. 9 h à 9 h 55	PSB	2015-09-20	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3006	08	Dim. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2015-09-20	10 sem.	61 $ (101 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3006	51	Ven. 18 h à 18 h 55	PSB	2016-01-08	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3006	52	Sam. 8 h à 8 h 55	PSB	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3006	53	Sam. 9 h à 9 h 55	PSB	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3006	54	Sam. 10 h à 10 h 55	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3006	55	Sam. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3006	56	Dim. 8 h à 8 h 55	PSB	2016-01-10	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3006	57	Dim. 9 h à 9 h 55	PSB	2016-01-10	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3006	58	Dim. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2016-01-10	10 sem.	61 $ (101 $)

JUNIOR 7 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 7

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 6 ou pouvoir nager le crawl et le dos crawlé sur 25 m, le dos élémentaire sur 15 m et nager 75 m (3 longueurs) de façon continue
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3007	01	Ven. 18 h à 18 h 55	PSB	2015-09-18	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3007	02	Sam. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3007	03	Sam. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3007	04	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3007	05	Dim. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-09-20	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3007	06	Dim. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2015-09-20	10 sem.	61 $ (101 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3007	51	Ven. 18 h à 18 h 55	PSB	2016-01-08	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3007	52	Sam. 8 h à 8 h 55	PSB	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3007	53	Sam. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3007	54	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3007	55	Dim. 8 h à 8 h 55	PSB	2016-01-10	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3007	56	Dim. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2016-01-10	10 sem.	61 $ (101 $)

JUNIOR 8 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 8

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 7 ou pouvoir nager le crawl et le dos crawlé sur 50 m, le dos élémentaire sur 25 m, exécuter le coup de pied fouetté sur le ventre sur 15 m et nager 150 m (6 longueurs) de façon continue
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3008	01	Ven. 19 h à 19 h 55	PSB	2015-09-18	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3008	02	Sam. 9 h à 9 h 55	PSB	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3008	03	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3008	04	Dim. 9 h à 9 h 55	PSB	2015-09-20	10 sem.	61 $ (101 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3008	51	Ven. 19 h à 19 h 55	PSB	2016-01-08	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3008	52	Sam. 9 h à 9 h 55	PSB	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3008	53	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3008	54	Dim. 9 h à 9 h 55	PSB	2016-01-10	10 sem.	61 $ (101 $)

JUNIOR 9 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 9

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 8 ou nager le crawl et le dos crawlé sur 75 m, le dos élémentaire et la brasse sur 25 m et nager 300 m (12 longueurs) de façon continue
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3009	01	Ven. 19 h à 19 h 55	PSB	2015-09-18	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3009	02	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3009	03	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3009	04	Dim. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2015-09-20	10 sem.	61 $ (101 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

JUNIOR 9 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 9 (SUITE)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3009	51	Ven. 19 h à 19 h 55	PSB	2016-01-08	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3009	52	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3009	53	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3009	54	Dim. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2016-01-10	10 sem.	61 $ (101 $)

JUNIOR 10 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 10

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 9 ou nager le crawl et le dos crawlé sur 100 m, le dos élémentaire et la brasse sur 50 m, la marinière sur 15 m et nager 400 m (16 longueurs) de façon continue
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3010	01	Ven. 19 h à 19 h 55	PSB	2015-09-18	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3010	02	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3010	03	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	**PJA**	2015-09-19	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3010	04	Dim. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2015-09-20	10 sem.	61 $ (101 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
JUNI3010	51	Ven. 19 h à 19 h 55	PSB	2016-01-08	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3010	52	Sam. 11 h 30 à 11 h 25	PSB	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3010	53	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	**PJA**	2016-01-09	10 sem.	61 $ (101 $)
JUNI3010	54	Dim. 11 h 30 à 11 h 25	PSB	2016-01-10	10 sem.	61 $ (101 $)

NATATION ESSENTIEL 1

- Dans ce cours, l'élève apprend à se sentir mieux dans l'eau peu profonde grâce à l'acquisition de notions et de techniques de base liées à la sécurité aquatique.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUD3010	01	Adultes, débutant	Jeu. 18 h 30 à 19 h 25	**PJA**	2015-09-24	10 sem.	p. 16

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUD3010	51	Adultes, débutant	Jeu. 18 h 30 à 19 h 25	**PJA**	2016-01-14	10 sem.	p. 16

NATATION ESSENTIEL 2

- Dans ce cours, l'élève apprend les styles de nage (le crawl et le dos crawlé) en augmentant son habileté et son endurance sur 15 m, ainsi qu'en approfondissant les connaissances et les techniques liées à la sécurité aquatique.
- Le cours se donne dans la partie profonde de la piscine.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUD3011	01	Adultes, débutant	Jeu. 19 h 30 à 20 h 25	**PJA**	2015-09-24	10 sem.	p. 16

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUD3011	51	Adultes, débutant	Jeu. 19 h 30 à 20 h 25	**PJA**	2016-01-14	10 sem.	p. 16

NATATION ESSENTIEL 3

- Ce cours en est un de perfectionnement. L'élève améliore les principales nages, le crawl, le dos crawlé, la brasse, la marinière et le dos élémentaire, en travaillant particulièrement en endurance. Le but est de nager 250 m (10 longueurs).
- Le cours se donne dans la partie profonde de la piscine.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUD3020	01	Apprentissage	Mar. 20 h à 20 h 55	**PJA**	2015-09-22	10 sem.	p. 16

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUD3020	51	Apprentissage	Mar. 20 h à 20 h 55	**PJA**	2016-01-12	10 sem.	p. 16

NATATION ENTRAÎNEMENT ET PERFECTIONNEMENT

- Ce cours en est un d'entraînement et de perfectionnement. L'élève améliore les principales nages, le crawl, le dos crawlé, la brasse, la marinière et le dos élémentaire.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUD3030	01	Perfection-nement	Mar. 21 h à 21 h 55	**PJA**	2015-09-22	10 sem.	p. 16

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUD3030	51	Perfection-nement	Mar. 21 h à 21 h 55	**PJA**	2016-01-12	10 sem.	p. 16

OLYMPIQUES SPÉCIAUX

- L'activité s'adresse aux enfants ayant une déficience intellectuelle.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
EVEN3001	01	7 ans et +	Dim. 12 h à 12 h 45	PSB	2015-09-20	10 sem.	54 $ (89 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
EVEN3001	51	7 ans et +	Dim. 12 h à 12 h 45	PSB	2016-01-10	10 sem.	54 $ (89 $)

ÉTOILE DE BRONZE

- Préalable : nager 100 m (4 longueurs)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
NACF3011	01	10 ans et +	Dim. 9 h à 9 h 55	PSB	2015-09-20	10 sem.	61 $ (101 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
NACF3011	51	10 ans et +	Dim. 9 h à 9 h 55	PSB	2016-01-10	10 sem.	61 $ (101 $)

MÉDAILLE DE BRONZE

- Exigence : avoir suivi le cours Junior 10 ou avoir obtenu l'Étoile de bronze
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
NACF3001	01	13 ans et +	Sam. 17 h à 20 h	PSB	2015-09-19	10 sem.	119 $ (196 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
NACF3001	51	13 ans et +	Sam. 17 h à 20 h	PSB	2016-01-09	10 sem.	119 $ (196 $)

CROIX DE BRONZE

- Exigence : avoir obtenu la Médaille de bronze
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
NACF3002	01	14 ans et +	Dim. 17 h 15 à 20 h 45	PSB	2015-09-20	10 sem.	150 $ (247 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
NACF3002	51	14 ans et +	Dim. 17 h 15 à 20 h 45	PSB	2016-01-10	10 sem.	150 $ (247 $)

PREMIERS SOINS, GÉNÉRAL

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Prévoir un goûter pour les midis

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
NACF3003	01	14 ans et +	Sam., dim. 9 h à 17 h 30	PSB	2015-09-19	2 jours	77 $ (127 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
NACF3003	51	14 ans et +	Sam., dim. 9 h à 17 h 30	PSB	2016-01-09	2 jours	77 $ (127 $)

SAUVETEUR NATIONAL

- Exigences : avoir obtenu la Croix de bronze, avoir suivi le cours Premiers soins, général et avoir 16 ans
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
NACF3004	01	16 ans et +	Sam. 16 h à 21 h 30	PSB	2015-09-26	9 sem.	178 $ (267 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

SAUVETEUR NATIONAL (SUITE)

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
NACF3004	51	16 ans et +	Sam. 16 h à 21 h 30	PSB	2016-01-16	9 sem.	178 $ (267 $)

MONITEUR EN SÉCURITÉ AQUATIQUE

- Exigences : être assistant-moniteur et avoir 15 ans
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
NACF3010	01	15 ans et +	Ven. 18 h à 22 h	PSB	2015-09-18	7 sem.	148 $ (244 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
NACF3010	51	15 ans et +	Ven. 18 h à 22 h	PSB	2016-01-08	7 sem.	148 $ (244 $)

REQUALIFICATION SAUVETEUR NATIONAL

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
NACF3005	01	16 ans et +	Sam. 17 h à 22 h	**PJA**	2015-11-28	1 soir	62 $ (93 $)

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
NACF3005	51	16 ans et +	Sam. 17 h à 22 h	**PJA**	2016-03-19	1 soir	62 $ (93 $)

REQUALIFICATION MONITEUR EN SÉCURITÉ AQUATIQUE

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT (N-RÉS.)
NACF3008	01	15 ans et +	Dim. 9 h à 13 h	PSB	2015-12-13	1 jour	57 $ (85,50 $)

NATATION

QUÉBEC EXCELLENCE SYNCHRO DE QUÉBEC

- Renseignements : nagesynchrodequebec@gmail.com, www.nagesynchrodequebec.weebly.com
- Programmation : présentée sur le site Internet de l'organisme

Modalités d'inscription

Au moment de votre inscription, vous devrez payer les frais d'affiliation à la Fédération de nage synchronisée du Québec (sur Internet, ajoutez à votre panier l'affiliation associée à l'activité : NASY9001 - Affiliation récréative).

Périodes d'inscription

MODALITÉS	AUTOMNE	HIVER
Sur le site Internet		
Résidants	22 août, à 10 h, au 5 sept., à 22 h	du 28 nov., à 10 h, au 3 janv., à 22 h
Non-résidants (à définir)	29 ou 31 août, à 8 h 30, au 5 sept., à 22 h	du 5 ou 7 déc. 2015 au 3 janv., à 22 h
Sur place		
Complexe Jean-Paul-Nolin (340, rue Chabot)	24 août, de 18 h à 20 h 30	
Piscine Jacques-Amyot (3643, avenue des Compagnons)	25 août, de 18 h à 20 h 30	
Piscine Lucien-Flamand (7, rue Robert-Rumilly)	26 août, de 18 h à 20 h 30	
Par la poste 340, rue Chabot, Québec G1M 3J5	du 26 août au 2 septembre	du 28 novembre au 20 décembre

Né de la fusion des trois clubs de nage synchronisée, Aquadanse, Synchro les dauphines et Synchro-Élite de Québec, Québec excellence synchro est le seul club reconnu par la Ville de Québec. Il :

- s'adresse aux personnes âgées de 3 à 70 ans;
- développe la nage synchronisée, la rend accessible et en fait la promotion sur les scènes régionale, provinciale, nationale et internationale;
- permet à chaque participant de se développer au meilleur de ses capacités, quels que soient son âge et son niveau, en lui offrant des programmes adaptés à ses besoins;
- propose un programme axé sur le développement de la souplesse et l'amélioration de la condition physique et de l'endurance, un programme qui combine l'activité physique, la créativité et le sens musical;
- offre la possibilité de participer à des compétitions de niveaux régional et provincial.

AFFILIATION

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	COÛT
NASY9001	20	Niveau récréatif Niveau Maître Niveau compétitif	2015-09-01 au 2016-08-31	6 $

NAGE SYNCHRONISÉE, SYNCHRO-PLOUF

- Relâche du 13 décembre au 4 janvier

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NASY9301	01	4 à 6 ans	Ven. 18 h à 19 h	**PJA**	2015-09-11	14 sem.	70 $
NASY9301	02	4 à 6 ans	Ven. 18 h à 19 h	**PJA**	2015-09-11	35 sem.	130 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NASY9301	51	4 à 6 ans	Ven. 18 h à 19 h	**PJA**	2016-01-08	21 sem.	90 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

NAGE SYNCHRONISÉE, INITIATION

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NASY9302	01	7 à 18 ans	Mar. 18 h à 19 h 30	**PJA**	2015-09-08	14 sem.	90 $
NASY9302	02	7 à 18 ans	Ven. 18 h à 19 h 30	**PJA**	2015-09-11	14 sem.	90 $
NASY9302	03	7 à 18 ans	Mar. 18 h à 19 h 30	**PJA**	2015-09-08	35 sem.	190 $
NASY9302	04	7 à 18 ans	Ven. 18 h à 19 h 30	**PJA**	2015-09-11	35 sem.	190 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NASY9302	51	7 à 18 ans	Mar. 18 h à 19 h 30	**PJA**	2016-01-05	21 sem.	130 $
NASY9302	52	7 à 18 ans	Ven. 18 h à 19 h 30	**PJA**	2016-01-08	21 sem.	130 $

NAGE SYNCHRONISÉE, PROGRAMME PARTICIPATIF

- Exigence : avoir complété une session de Synchro-Plouf ou d'initiation

AUTOMNE ET HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NASY9303	01	7 à 18 ans	Mar., ven. 18 h à 19 h 30	**PJA**	2015-09-08	37 sem.	390 $

NAGE SYNCHRONISÉE, MAÎTRES, COMPÉTITIF

- Inscription par courriel auprès du club (nagesynchrodequebec@gmail.com)
- Possibilité de faire des routines individuelles et des heures supplémentaires moyennant un montant additionnel
- Relâche du 20 décembre au 4 janvier

AUTOMNE ET HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE
NASY9304	01	18 ans et +	Lun. 20 h à 22 h Jeu. 18 h 30 à 21 h	**PJA** PEPS	2015-09-07	37 sem.

NAGE SYNCHRONISÉE, PROVINCIAL

- Inscription par courriel auprès du club (nagesynchrodequebec@gmail.com)
- Possibilité de faire des routines individuelles et des heures supplémentaires moyennant un montant additionnel
- Relâche du 20 décembre au 4 janvier

AUTOMNE ET HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE
NASY9306	01	10 ans et -	Mar. 18 h à 19 h 30 Ven. 18 h à 19 h 30 Sam. 11 h à 12 h 30	**PJA** **PJA** **PJA**	2015-09-08	37 sem.
NASY9307	01	11 et 12 ans	Mar. 18 h à 20 h Ven. 18 h à 20 h Sam. 11 h à 13 h	**PJA** **PJA** **PJA**	2015-09-08	37 sem.

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE
NASY9308	01	13 à 15 ans	Mar. 18 h à 20 h Mer. 18 h à 20 h Ven. 18 h à 20 h Dim. 9 h à 11 h	**PJA** **PJA** **PJA** PEPS	2015-09-08	37 sem.
NASY9309	01	16 à 19 ans	Mar. 18 h à 20 h Mer. 18 h à 20 h Ven. 18 h à 20 h Dim. 9 h à 11 h	**PJA** **PJA** **PJA** PEPS	2015-09-08	37 sem.

NATATION SAINTE-FOY–HAUTE-SAINT-CHARLES

- Responsable : Nadia Bolduc, 418 641-6301, poste 8796; coach@natation-nsh.com; www.natation-nsh.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (chèque libellé à l'ordre de Natation Sainte-Foy–Haute-Saint-Charles ou NSH)
- Rabais de 20 % offert au 2e enfant de la famille
- Frais d'affiliation et coût des assurances payables une fois par an sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (chèque libellé à l'ordre de NSH)

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	COÛT
NACL3026	01	8 ans et -	Du 2015-09-01 au 2016-08-31	55 $
NACL3026	02	9 et 10 ans	Du 2015-09-01 au 2016-08-31	75 $
NACL3026	03	11 à 14 ans	Du 2015-09-01 au 2016-08-31	100 $
NACL3026	04	15 ans et +	Du 2015-09-01 au 2016-08-31	120 $

ÉCOLE DE NATATION

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (chèque libellé à l'ordre de NSH)

Groupe Bronze, de 4 à 8 ans

- Ce cours s'adresse à l'enfant qui se tient dans l'eau ou nage seul, avec ou sans objet flottant, mais qui ne connaît pas les techniques de la nage.
- Le groupe peut être formé de quatre nageurs ou plus; l'âge des enfants et leur capacité sont pris en compte pour déterminer le nombre de participants.

Groupe Argent, de 6 à 10 ans

- Groupe de 8 à 10 nageurs

Groupe Or, de 8 à 11 ans

- Groupe de 10 à 20 nageurs

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3003	01	4 à 8 ans (Bronze)	Jeu. 17 h 30 à 18 h 30	**PJA**	2015-09-17	14 sem.	90 $
NACL3003	02	4 à 8 ans (Bronze)	Sam. 9 h à 10 h	**PJA**	2015-09-19	14 sem.	90 $
NACL3003	03	4 à 8 ans (Bronze)	Jeu. 17 h 30 à 18 h 30 Sam. 9 h à 10 h	**PJA**	2015-09-17	14 sem.	130 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

ÉCOLE DE NATATION (SUITE)

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3003	04	6 à 10 ans (Argent)	Jeu. 17 h 30 à 18 h 30 Sam. 9 h à 10 h	**PJA**	2015-09-17	14 sem.	130 $
NACL3003	05	8 à 11 ans (Or)	Lun. 17 h 30 à 18 h 30 Jeu. 17 h 30 à 18 h 30 Sam. 8 h à 9 h	**PJA**	2015-09-14	14 sem.	160 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3003	51	4 à 8 ans (Bronze)	Jeu. 17 h 30 à 18 h	**PJA**	2016-01-14	11 sem.	90 $
NACL3003	52	4 à 8 ans (Bronze)	Sam. 9 h à 10 h	**PJA**	2016-01-16	11 sem.	90 $
NACL3003	53	4 à 8 ans (Bronze)	Jeu. 17 h 30 à 18 h 30 Sam. 9 h à 10 h	**PJA**	2016-01-14	11 sem.	130 $
NACL3003	54	6 à 10 ans (Argent)	Jeu. 17 h 30 à 18 h 30 Sam. 9 h à 10 h	**PJA**	2016-01-14	11 sem.	130 $
NACL3003	55	8 à 11 ans (Or)	Lun. 17 h 30 à 18 h 30 Jeu. 17 h 30 à 18 h 30 Sam. 8 h à 9 h	**PJA**	2016-01-11	11 sem.	160 $

NATATION COMPÉTITIVE

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (chèque libellé à l'ordre de NSH)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3002	01	8 ans et + Développement	Lun. 17 h à 18 h 30 Mer. 17 h à 18 h 15 Sam. 7 h 30 à 9 h	**PJA**	2015-09-14	14 sem.	175 $
NACL3025	01	11 ans et + Provincial	Lun., mer. 16 h 30 à 18 h 30 Mar., jeu. 6 h 30 à 8 h et 16 h 30 à 18 h 30 Sam. 7 h à 9 h	**PJA** PSB **PJA**	2015-09-14	14 sem.	5 fois/sem. 250 $
NACL3025	02	11 ans et + Provincial	Lun., mer. 16 h 30 à 18 h 30 Mar., jeu. 6 h 30 à 8 h et 16 h 30 à 18 h 30 Sam. 7 h à 9 h	**PJA** PSB **PJA**	2015-09-14	14 sem.	6 fois/sem. 285 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3002	51	8 ans et + Développement	Lun. 17 h à 18 h 30 Mer. 17 h à 18 h 15 Sam. 7 h 30 à 9 h	**PJA**	2016-01-11	11 sem.	175 $
NACL3025	51	11 ans et + Provincial	Lun., mer. 16 h 30 à 18 h 30 Mar., jeu. 6 h 30 à 8 h et 16 h 30 à 18 h 30 Sam. 7 h à 9 h	**PJA** PSB **PJA**	2016-01-04	11 sem.	5 fois/sem. 250 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3025	52	11 ans et + Provincial	Lun., mer. 16 h 30 à 18 h 30 Mar., jeu. 6 h 30 à 8 h et 16 h 30 à 18 h 30 Sam. 7 h à 9 h	**PJA** PSB **PJA**	2016-01-04	11 sem.	6 fois/sem. 285 $

NATATION MAÎTRE-NAGEUR

- Responsable : Nadia Bolduc, 418 641-6301, poste 8796; maitres-nageurs@natation-nsh.com; www.natationnsh.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (chèque libellé à l'ordre de NSH)
- Frais d'affiliation et coût des assurances payables une fois par an sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (chèque libellé à l'ordre de NSH)

AFFILIATION

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	COÛT
NACL3026	05	Maître-nageur	Du 2015-09-01 au 2016-08-31	55 $

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3001	01	18 ans et +	Lun. 20 h à 21 h 30 Lun., mar., jeu., ven. 6 h à 7 h 30 Mer. 20 h à 21 h 30 Mar. 20 h à 21 h 30 Sam. 6 h 30 à 8 h	PSB **PJA** **PJA** PSB PSB	2015-09-08	16 sem.	1 fois sem. : 70 $
NACL3001	02	18 ans et +	Lun. 20 h à 21 h 30 Lun., mar., jeu., ven. 6 h à 7 h 30 Mer. 20 h à 21 h 30 Mar. 20 h à 21 h 30 Sam. 6 h 30 à 8 h	PSB **PJA** **PJA** PSB PSB	2015-09-08	16 sem.	2 fois sem. : 105 $
NACL3001	03	18 ans et +	Lun. 20 h à 21 h 30 Lun., mar., jeu., ven. 6 h à 7 h 30 Mer. 20 h à 21 h 30 Mar. 20 h à 21 h 30 Sam. 6 h 30 à 8 h	PSB **PJA** **PJA** PSB PBS	2015-09-08	16 sem.	3 fois sem. et + : 130 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3001	51	18 ans et +	Lun. 20 h à 21 h 30 Lun., mar., jeu., ven. 6 h à 7 h 30 Mer. 20 h à 21 h 30 Mar. 20 h à 21 h 30 Sam. 6 h 30 à 8 h	PSB **PJA** **PJA** PSB PSB	2016-01-04	12 sem.	1 fois/sem. : 70 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

NATATION MAÎTRE-NAGEUR (SUITE)

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3001	52	18 ans et +	Lun. 20 h à 21 h 30 Lun., mar., jeu., ven. 6 h à 7 h 30 Mer. 20 h à 21 h 30 Mar. 20 h à 21 h 30 Sam. 6 h 30 à 8 h	PSB **PJA** **PJA** PSB PSB	2016-01-04	12 sem.	2 fois/sem. : 100 $
NACL3001	53	18 ans et +	Lun. 20 h à 21 h 30 Lun., mar., jeu., ven. 6 h à 7 h 30 Mer. 20 h à 21 h 30 Mar. 20 h à 21 h 30 Sam. 6 h 30 à 8 h	PSB **PJA** **PJA** PSB PBS	2016-01-04	12 sem.	3 fois/sem. et + : 125 $

TRIATHLON

- Responsable : Germain Bilodeau, 418 847-0919, triathlon@natation-nsh.com
- Natation, course et *spinning* ou vélo
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (chèque libellé à l'ordre de NSH)
- Obligation de s'inscrire aux cours de Maîtres-Nageurs et de payer les frais d'adhésion
- Droits d'inscription relatifs à la natation non inclus dans ceux du triathlon
- Lundi et vendredi : groupe spécifique du triathlon (Natation Maître-Nageur)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3015	01	18 ans et +	Mar. 20 h (*spinning*) Sam. 15 h (*spinning*) Mer. 18 h 15 (course) Sam. 9 h (course)	Cégep de Sainte-Foy Cégep de Sainte-Foy **PJA** PSB	2015-09-08	16 sem.	85 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3015	51	18 ans et +	Mar. 20 h (*spinning*) Sam. 15 h (*spinning*) Mer. 18 h 15 (course) Sam. 9 h (course)	Cégep de Sainte-Foy Cégep de Sainte-Foy **PJA** PSB	2016-01-04	12 sem.	70 $

PLONGEON

ARO, CLUB DE PLONGEON DE QUÉBEC

- Renseignements : Johanne Boivin, 418 656-2131, poste 12325; info@aroplongeon.ca; www.aroplongeon.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (chèque libellé à l'ordre de ARO, Club de plongeon de Québec)
- Affiliation obligatoire, payable à Plongeon Québec une fois par an (10 $)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PLON3002	01	5 à 8 ans	Dim. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2015-09-20	10 sem.	99 $
PLON3002	02	9 ans et +	Dim. 12 h 30 à 13 h 25	PSB	2015-09-20	10 sem.	99 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PLON3002	51	5 à 8 ans	Dim. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2016-01-10	10 sem.	99 $
PLON3002	52	9 ans et +	Dim. 12 h 30 à 13 h 25	PSB	2016-01-10	10 sem.	99 $

WATERPOLO

CLUB DE WATERPOLO LES HYDRES DE QUÉBEC

- Renseignements : 418 641-6301, poste 8703; info@waterpololeshydres.ca
- Inscription sur le site Internet du club (www.waterpololeshydres.ca)
- Politique familiale : 25 % de rabais sur les inscriptions du 2e membre de la famille et des suivants
- Coûts des entraînements inclus dans les droits d'inscription et ceux de l'adhésion à la Fédération de waterpolo du Québec
- Frais supplémentaires demandés pour participer aux tournois et pour acheter les bonnets de waterpolo

ÉCOLE DE NATATION : *J'ADORE LE WATERPOLO (JAWP)*

- Apprentissage de la nage au moyen de jeux avec un ballon
- Maîtrise des principaux styles de nage classique et de waterpolo ainsi que de la nage sur place au moyen de jeux avec un ballon
- Exigences
  - Niveau 1 : junior 3 complété ou nager le crawl et le dos crawlé sur 15 m
  - Niveau 2 : niveau 1 ou junior 5 complété ou nager le crawl et le dos crawlé sur 25 m
  - Niveau 3 : niveau 2 ou junior 7 complété ou nager le crawl et le dos crawlé sur 50 m
  - Niveau 4 : niveau 3 ou junior 9 complété ou nager le crawl et le dos crawlé sur 100 m

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3024	01	5 à 12 ans, niveau 1	Sam. 9 h à 9 h 55	PSB	2015-09-19	10 sem.	60 $
NACL3024	02	5 à 12 ans, niveau 2	Sam. 10 h à 10 h 55	PSB	2015-09-19	10 sem.	60 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

ÉCOLE DE NATATION : *J'ADORE LE WATERPOLO (JAWP)* (SUITE)

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3024	03	5 à 12 ans, niveau 3	Sam. 11 h à 11 h 55	PSB	2015-09-19	10 sem.	60 $
NACL3024	04	5 à 12 ans, niveau 4	Sam. 12 h à 12 h 55	PSB	2015-09-19	10 sem.	60 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3024	51	5 à 12 ans, niveau 1	Sam. 9 h à 9 h 55	PSB	2016-01-09	10 sem.	60 $
NACL3024	52	5 à 12 ans, niveau 2	Sam. 10 h à 10 h 55	PSB	2016-01-09	10 sem.	60 $
NACL3024	53	5 à 12 ans, niveau 3	Sam. 11 h à 11 h 55	PSB	2016-01-09	10 sem.	60 $
NACL3024	54	5 à 12 ans, niveau 4	Sam. 12 h à 12 h 55	PSB	2016-01-09	10 sem.	60 $

TRIO AQUATIQUE

- Initiation à la nage synchronisée, au plongeon et au waterpolo
- Exigence : savoir nager sur place dans la partie profonde du bassin

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3007	01	Né en 2003 ou après	Sam. 15 h 30 à 17 h	PSB	2015-09-19	10 sem.	90 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3007	51	Né en 2003 ou après	Sam. 15 h 30 à 17 h 30	PSB	2016-01-09	10 sem.	90 $

S'entraîner et jouer au waterpolo

- Entraînements partagés entre les matchs à l'interne et l'enseignement des techniques : natation, maniement d'un ballon, nage sur place, jeu d'équipe et application des règlements
- Matchs contre d'autres équipes en dehors des heures d'entraînement

MINI POLO MIXTE

- Apprentissage de la nage au moyen d'un ballon
- Aucun contact entre les joueurs
- Application simplifiée des règlements (les pieds touchent le fond de la piscine)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3013	01	9 à 12 ans	Dim. 16 h à 17 h 30	PSB	2015-09-20	30 sem.	250 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3013	51	9 à 12 ans	Dim. 16 h à 17 h 30	PSB	2016-01-10	20 sem.	190 $

WATERPOLO (Mixte, compétitif)

- Préparation aux compétitions
- Développement de son plein potentiel

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3004	01	12 à 17 ans	Mar. 18 h 30 à 20 h Jeu. 18 h 30 à 20 h Dim. 16 h à 17 h 30	PSB PSB PSB	2015-09-20	30 sem.	460 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3004	51	12 à 17 ans	Mar. 18 h 30 à 20 h Jeu. 18 h 30 à 20 h Dim. 16 h à 17 h 30	PSB PSB PSB	2016-01-10	20 sem.	330 $

WATERPOLO UNIVERSITAIRE

- Entraînement préparatoire à l'adhésion à la ligue universitaire du Québec

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3005	01	Né en 1997 ou avant	Mar. 18 h 30 à 20 h	PEPS	2015-09-22	30 sem.	295 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3005	51	Né en 1997 ou avant	Mar. 18 h 30 à 20 h	PEPS	2016-01-12	20 sem.	210 $

WATERPOLO POUR ADULTES

- Découverte du waterpolo
- Développement de ses habiletés en natation et au jeu de waterpolo
- Amélioration de sa condition physique

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3009	01	Né en 1997 ou avant	Mar. 18 h 30 à 20 h	PEPS	2015-09-22	30 sem.	295 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3009	51	Né en 1997 ou avant	Mar. 18 h 30 à 20 h	PEPS	2016-01-12	20 sem.	210 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

WATERPOLO MAÎTRE COMPÉTITIF (Mixte)

- Niveau supérieur à celui du waterpolo pour adultes (Découverte)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3014	01	Né en 1996 ou avant	Mer. 20 h à 22 h	PSB	2015-09-23	30 sem.	295 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3014	51	Né en 1996 ou avant	Mer. 20 h à 22 h	PSB	2016-01-13	20 sem.	210 $

WATERPOLO MAÎTRE FÉMININ COMPÉTITIF

- Niveau supérieur à celui du waterpolo pour adultes (Découverte)
- Réchauffement à l'extérieur de la piscine durant la première demi-heure

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3008	01	Née en 1996 ou avant	Mer. 18 h 30 à 21 h	PEPS	2015-09-23	30 sem.	295 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3008	51	Née en 1996 ou avant	Mer. 18 h 30 à 21 h	PEPS	2016-01-13	20 sem.	210 $

WATERPOLO FÉMININ COMPÉTITIF

- Entraînement préparatoire au cours du plus haut niveau de waterpolo au Canada
- Réchauffement à l'extérieur de la piscine durant la première demi-heure

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3008	01	Née en 1996 ou avant	Lun. 18 h 30 à 21 h Mar. 19 h 30 à 21 h 30 Mer. 18 h 30 à 21 h Sam. 15 h 30 à 17 h 30	PEPS PEPS PEPS PEPS	2015-09-21	30 sem.	495 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3008	51	Née en 1996 ou avant	Lun. 18 h 30 à 21 h Mar. 19 h 30 à 21 h 30 Mer. 18 h 30 à 21 h Sam. 15 h 30 à 17 h 30	PEPS PEPS PEPS PEPS	2016-01-11	20 sem.	360 $

WATERPOLO MASCULIN COMPÉTITIF

- Entraînement préparatoire au cours du plus haut niveau de waterpolo au Canada

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3012	01	Né en 1996 ou avant	Lun. 18 h 30 à 21 h Mer. 20 h à 22 h Jeu. 20 h à 22 h	PEPS PSB PSB	2015-09-21	30 sem.	495 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3012	51	Né en 1996 ou avant	Lun. 18 h 30 à 21 h Mer. 20 h à 22 h Jeu. 20 h à 22 h	PEPS PSB PSB	2016-01-11	20 sem.	360 $

CAMPUS NOTRE-DAME-DE-FOY (Activités du)

- Renseignements : 418 872-8242, poste 1218; www.cndf.qc.ca/centresportif; Facebook : cndf2010
- Adresses où se déroulent les cours : 5000, rue Clément-Lockquell et 230, route de Fossambault, Saint-Augustin-de-Desmaures
- Inscription : sur le site Internet du Campus (cndf.qc.ca/sportnet)

AUTOMNE (du 8 septembre au 14 décembre)

- Préinscription
  - Du 15 juin à 18 h au 24 août à 12 h
  - La préinscription ne concerne que les personnes inscrites à la session précédente ainsi que leur famille immédiate.
- Inscription : à partir du 24 août à 18 h
- Début des cours : 8 septembre

HIVER (du 11 janvier au 1er avril)

- Préinscription
  - Du 16 novembre à 18 h au 23 novembre à 12 h
- Inscription: à partir du 23 novembre à 18 h
- Début des cours : 11 janvier

COURS OFFERTS

Cours de natation pour enfants, préscolaire, de 6 mois à 5 ans
Cours de natation pour enfants, scolaire, de 6 ans à 14 ans
Conditionnement physique aquatique pour les adolescents et les adultes
Circuit par entraînement (*Cross-Fit* aquatique) pour les adolescents et les adultes
Formations aquatiques (Étoile de bronze, Médaille de bronze, Croix de bronze, Sauveteur national (option piscine), Assistant-moniteur en sécurité aquatique (AMSA), Moniteur en sécurité aquatique (MSA)
Cours de natation pour les adultes
Aquaforme (eau peu profonde)
Aquajogging (eau profonde)
Aqua prénatal
Aquapoussette
Bains animés pour les personnes de 50 ans ou plus
Bains libres familiaux (couloirs à la disposition des nageurs)
Maîtres-nageurs
Aquapilates

CLUB DE NATATION RÉGION DE QUÉBEC (Activités du)

- Renseignements : 418 656-5837, info@cnq.club, www.cnq.club

MODALITÉS D'INSCRIPTION	AUTOMNE	HIVER
Par téléphone ou sur le site Internet du club	Du 15 août au 16 septembre	Du 28 novembre au 6 janvier

CLUB-ÉCOLE

- Programme comportant cinq niveaux : jaune, orange, vert, bleu et rouge

Préalables

NIVEAUX	CRITÈRES D'ADMISSIBILITÉ
Jaune	Pouvoir nager à l'aide d'un objet flottant sans la présence d'un parent
Orange	Pouvoir nager 10 m seul sur le ventre Pouvoir nager 10 m seul sur le dos
Vert	Pouvoir nager le crawl sur 25 m Pouvoir nager le dos crawlé sur 25 m
Bleu	Pouvoir nager le crawl sur 75 m Pouvoir nager le dos crawlé sur 50 m Pouvoir nager la brasse sur 25 m
Rouge	Pouvoir nager le crawl sur 200 m Pouvoir nager le dos crawlé sur 75 m Pouvoir nager la brasse sur 50 m Pouvoir nager en continu pendant 10 minutes

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

CLUB COMPÉTITIF

- À l'intention des nageurs de niveau régional développement ou plus, peu importe leur âge
- But : développement de son plein potentiel en natation
- Préalable : aucun (la formation offerte par le club-école est facultative)
- Entraînement progressif
  - **Enfants de 7 à 10 ans**
    - Niveaux Régional-Développement et Provincial-Développement
    - Dans les piscines du Campus Notre-Dame-de-Foy (CNDF) (Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge), Michel-Labadie (Les Rivières), Jos A.-Lachance (Les Rivières), Lucien-Borne (La Cité-Limoilou), et La Seigneurie (Beauport)
    - À la piscine Lucien-Flamand (La Cité-Limoilou), le samedi
  - **Adolescents de 11 à 16 ans**
    - Niveaux A, AA, AAA ou National
    - Dans les piscines du Campus Notre-Dame-de-Foy (CNDF) (Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge), Michel-Labadie (Les Rivières), Jos A.-Lachance (Les Rivières), Lucien-Borne (La Cité-Limoilou), et La Seigneurie (Beauport)
    - Au pavillon de l'Éducation physique et des Sports de l'Université Laval (Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge), le samedi

MAÎTRE-NAGEUR

- À l'intention des nageurs de 18 ans ou plus désireux de pratiquer la natation encadrés par un entraîneur professionnel, de maintenir une bonne forme physique, de continuer à faire de la compétition dans le circuit des maîtres
- À l'intention des athlètes pratiquant le triathlon désireux d'accroître leur performance
- Horaire favorisant la pratique de la natation en famille

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

Activités physiques, sportives et activités de plein air

FONDATION D'AIDE À L'ATHLÈTE CAROUGEOIS (Activités de la)

- Renseignements : 418 641-6301, poste 3047; gaby.martel@ville.quebec.qc.ca

La Fondation :

- offre un soutien financier aux athlètes habitant le quartier de Cap-Rouge en vue de favoriser l'amélioration de leurs performances sportives;
- attribue des bourses deux fois par année, en juin et en novembre;
- octroie des sommes variant de 100 $ à 1 200 $ selon la catégorie : développement, relève, élite et excellence.

Critères d'admissibilité

L'athlète doit :

- présenter une demande en remplissant le formulaire prévu à cet effet et le transmettre dans les délais indiqués;
- être toujours actif et résider dans le quartier de Cap-Rouge depuis au moins un an;
- avoir participé à des compétitions au cours des 12 mois précédant la date de réception de la demande;
- s'engager à poursuivre son entraînement et à participer à des compétitions pendant toute l'année suivant la remise de la bourse.

AÉROBIE ET MUSCULATION

- Renseignements : Oxygène, 418 522-3865; oxygene@live.ca; Facebook : L'équipe oxygène inc.
- Inscription : par la poste (8, rue des Cyprès, Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier G3N 1B6)
- Chèque libellé à l'ordre d'Oxygène
- Aucune confirmation d'inscription transmise à moins d'un changement ou d'une annulation
- Mêmes coûts pour tous, peu importe le lieu de résidence
- En cas d'absence, reprise possible du cours dans une autre plage horaire (cette politique ne s'applique qu'à la session actuelle. Elle est non transférable et non monnayable)

ABDOMINAUX, FESSIERS, CUISSES

- Renseignements : 418 522-3865; oxygene@live.ca, Facebook : l'équipe oxygène inc.
- Échauffement du système cardiovasculaire suivi d'un entraînement musculaire portant sur le raffermissement du tour de taille et des hanches à l'aide d'exercices au sol (inspiré de la technique Pilates)

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3810	01	Adultes	Lun. 20 h à 21 h	EA	2015-09-14	12 sem.	75 $

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3810	51	Adultes	Lun. 20 h à 21 h	EA	2016-01-18	12 sem.	75 $

AÉROBIE

- Renseignements : 418 522-3865; oxygene@live.ca, Facebook : l'équipe oxygène inc.
- Entraînement cardiovasculaire et musculaire au moyen d'accessoires, au son d'une musique dynamique, et exercices au sol visant le raffermissement des abdominaux et des fessiers

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3810	01	Adultes	Lun. 18 h 50 à 19 h 50	EA	2015-09-14	12 sem.	75 $
CARD3810	02	Adultes	Mer. 18 h 50 à 19 h 50	EA	2015-09-16	12 sem.	75 $

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3810	51	Adultes	Lun. 18 h 50 à 19 h 50	EA	2016-01-18	12 sem.	75 $
CARD3810	52	Adultes	Mer. 18 h 50 à 19 h 50	EA	2016-01-20	12 sem.	75 $

AÉROBIE-*STEP*

- Renseignements : 418 522-3865; oxygene@live.ca, Facebook : l'équipe oxygène inc.
- Entraînement cardiovasculaire sur *step* et au sol visant le raffermissement des abdominaux et des fessiers

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3810	05	Adultes	Mer. 20 h à 21 h	EA	2015-09-16	12 sem.	75 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3810	55	Adultes	Mer. 20 h à 21 h	EA	2016-01-20	12 sem.	75 $

BADMINTON LIBRE

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Équipes formées sur place
- Parties en double seulement
- Apporter son équipement

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3011	01	16 ans et + Intermédiaire à avancé	Mar. 20 h 30 à 22 h 30	ESM	2015-09-15	12 sem.	51 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3011	51	16 ans et + Intermédiaire à avancé	Mar. 20 h 30 à 22 h 30	ESM	2016-01-19	12 sem.	51 $

BADMINTON (Location de courts)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Apporter son équipement

AUTOMNE

- Activité du 12 octobre annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3860	01	16 ans et +	Lun. 20 h 15 à 21 h 45	EGM	2015-09-14	12 sem.	196 $
BADM3860	02	16 ans et +	Mar. 20 h 15 à 21 h 45	EGM	2015-09-15	12 sem.	196 $
BADM3860	13	16 ans et +	Mar. 20 h 30 à 22 h 30	ESM	2015-09-15	12 sem.	196 $
BADM3860	03	16 ans et +	Mer. 19 h à 20 h 30	ES	2015-09-16	12 sem.	196 $
BADM3860	04	16 ans et +	Mer. 20 h 30 à 22 h	ES	2015-09-16	12 sem.	196 $
BADM3860	05	16 ans et +	Jeu. 19 h à 20 h	EA	2015-09-17	12 sem.	148 $
BADM3860	06	16 ans et +	Jeu. 20 h à 21 h 30	EA	2015-09-17	12 sem.	196 $
BADM3860	07	16 ans et +	Jeu. 20 h 30 à 22 h	ESM	2015-09-17	12 sem.	196 $
BADM3860	08	16 ans et +	Ven. 19 h à 20 h	ES	2015-09-18	12 sem.	148 $
BADM3860	09	16 ans et +	Ven. 20 h à 21 h	ES	2015-09-18	12 sem.	148 $
BADM3860	10	16 ans et +	Ven. 20 h 30 à 21 h 30	ESM	2015-09-18	12 sem.	148 $
BADM3861	11	16 ans et +	Ven. 19 h à 20 h 30	EA	2015-09-18	12 sem.	196 $
BADM3860	12	16 ans et +	Ven. 20 h 30 à 21 h 30	EA	2015-09-18	12 sem.	148 $

HIVER

- Activités des 25 et 28 mars annulées

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3860	51	16 ans et +	Lun. 20 h 15 à 21 h 45	EGM	2016-01-18	12 sem.	196 $
BADM3860	52	16 ans et +	Mar. 20 h 15 à 21 h 45	EGM	2016-01-19	12 sem.	196 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3860	63	16 ans et +	Mar. 20 h 30 à 22 h 30	ESM	2016-01-19	12 sem.	196 $
BADM3860	53	16 ans et +	Mer. 19 h à 20 h 30	ES	2016-01-20	12 sem.	196 $
BADM3860	54	16 ans et +	Mer. 20 h 30 à 22 h	ES	2016-01-20	12 sem.	196 $
BADM3860	55	16 ans et +	Jeu. 19 h à 20 h	EA	2016-01-21	12 sem.	148 $
BADM3860	56	16 ans et +	Jeu. 20 h à 21 h 30	EA	2016-01-21	12 sem.	196 $
BADM3860	57	16 ans et +	Jeu. 20 h 30 à 22 h	ESM	2016-01-21	12 sem.	196 $
BADM3860	58	16 ans et +	Ven. 19 h à 20 h	ES	2016-01-22	12 sem.	148 $
BADM3860	59	16 ans et +	Ven. 20 h à 21 h	ES	2016-01-22	12 sem.	148 $
BADM3860	60	16 ans et +	Ven. 20 h 30 à 21 h 30	ESM	2016-01-22	12 sem.	148 $
BADM3860	61	16 ans et +	Ven. 19 h à 20 h 30	EA	2016-01-22	12 sem.	196 $
BADM3860	62	16 ans et +	Ven. 20 h 30 à 21 h 30	EA	2016-01-22	12 sem.	148 $

BASKETBALL

EDEM BASKETBALL (Activités d')

- Renseignements : www.edemmouvements.com; edemmouvements@gmail.com; sophialaababsi@gmail.com, Facebook.com : edem mouvement, edem basketball
- Ligues féminine et masculine
- Entraînement particulier (*privé*) et en groupe
- Mini-basket

CORPS DE CADETS (Activités des)

CADETS 2600 DE ROCHEBELLE

- Responsable : Camille Turcotte, 418 652-2167, poste 2539; www.cadets2600.com
- Équipement fourni gratuitement.
- Possibilité de faire des activités les fins de semaine et de participer à des camps d'été
- Activités offertes : activités sportives, *geocaching*, *orienteering*, tir à la carabine à plomb, sorties en forêt, etc.
- Possibilité de faire partie de l'ensemble musical, de l'équipe de tir ou de l'équipe de biathlon
- Relâche du 18 décembre au 8 janvier

AUTOMNE ET HIVER

GROUPE	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Cadets et cadettes	12 à 18 ans	Ven. 18 h 30 à 21 h 30	PFL	2015-09-04	34 sem.	Gratuit

CADETS DE LA MARINE 287 CAP-ROUGE

- Renseignements : Audrey-Anne Morel-Girard, 418 204-3383; le287@hotmail.com; www.le287.com
- Inscription : gratuite

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

- Apprentissage de la voile et du matelotage, acquisition des connaissances sur la marine, le secourisme, les techniques d'instruction, le leadership, le tir récréatif (quelques fins de semaine d'activités pratiques)
- Formation musicale, prêt d'instruments
- Rencontres sportives et sociales
- Possibilité de participer gratuitement à des camps d'été de 2, 3 ou 6 semaines, de voyager au Canada ou à l'étranger et d'obtenir une bourse d'études
- Horaire : les vendredis à compter du 4 septembre, de 18 h 30 à 21 h 30
- Endroit : collège Saint-Augustin (CSA)

CLUB SPORTIF 50+ CAP-ROUGE (Activités du)

- Renseignements et programmation complète : www.clubsportif50cr.org; info@clubsportif50cr.org
- Offre l'occasion aux personnes de 50 ans ou plus de pratiquer des activités sportives non compétitives et adaptées à leur rythme
- Propose des activités tout au long de l'année

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- Renseignements : Rest'Actif, 418 834-7312; www.restactif.ca
- Forfait : deux fois ou plus par semaine : 60 $ par cours supplémentaire
- Chèque libellé à l'ordre de Rest'Actif (poster le formulaire dûment rempli et le chèque à l'adresse suivante : 14, route Kennedy, Lévis G6V 6C2)

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3003	01	50 ans et +	Lun. 9 h à 10 h	CCNB	2015-09-14	12 sem.	80 $
COND3003	02	50 ans et +	Lun. 10 h 05 à 11 h 05	CCNB	2015-09-14	12 sem.	80 $
COND3003	03	50 ans et +	Lun. 13 h 10 à 14 h 10	CCNB	2015-09-14	12 sem.	80 $
COND3003	04	50 ans et +	Mer. 10 h 05 à 11 h 05	CCNB	2015-09-16	12 sem.	80 $
COND3003	05	50 ans et +	Ven. 9 h à 10 h	CCNB	2015-09-18	12 sem.	80 $
COND3003	06	50 ans et +	Ven. 10 h 05 à 11 h 05	CCNB	2015-09-18	12 sem.	80 $

HIVER

- Cours des 25 et 28 mars annulés

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3003	51	50 ans et +	Lun. 9 h à 10 h	CCNB	2016-01-18	12 sem.	80 $
COND3003	52	50 ans et +	Lun. 10 h 05 à 11 h 05	CCNB	2016-01-18	12 sem.	80 $
COND3003	53	50 ans et +	Lun. 13 h 10 à 14 h 10	CCNB	2016-01-18	12 sem.	80 $
COND3003	54	50 ans et +	Mer. 10 h 05 à 11 h 05	CCNB	2016-01-20	12 sem.	80 $
COND3003	55	50 ans et +	Ven. 9 h à 10 h	CCNB	2016-01-22	12 sem.	80 $
COND3003	56	50 ans et +	Ven. 10 h 05 à 11 h 05	CCNB	2016-01-22	12 sem.	80 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE (Programme intégré d'équilibre dynamique [P. I. E. D.])

- Programme d'exercices en groupe pour améliorer l'équilibre et la force musculaire

AUTOMNE

- Renseignements et inscription : Mariane Martel-Thibault, 418 948-1722

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3800	01	65 ans et +	Lun. 9 h à 10 h 30 et mer. 9 h à 10 h	CCCR	À déterminer	12 sem.	Gratuit

HIVER

- Renseignements et inscription : Mouvement des services à la communauté de Cap-Rouge, 418 641-6643

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3800	51	65 ans et +	Lun. 9 h à 10 h 30 et mer. 9 h à 10 h	CCCR	À déterminer	12 sem.	Gratuit

CONSEIL DU BASSIN DE LA RIVIÈRE DU CAP ROUGE

- Renseignements : 418 641-6301, poste 2969; info@cbrcr.org; www.cbrcr.org
- Le Conseil de bassin de la rivière du Cap Rouge (CBRCR) vous invite à découvrir les sentiers pédestres des secteurs de Cap-Rouge et de Champigny.
- Les sept kilomètres de randonnée à travers le boisé longeant la rivière du Cap Rouge sauront plaire aux amants de la nature. Entretenus et surveillés par une équipe du CBRCR, les sentiers sont accessibles hiver comme été.
- Grâce au CBRCR, des animations familiales portant sur des thèmes environnementaux, sociaux ou récréatifs sont réalisés à différentes périodes de l'année. Pour ne rien manquer, consultez son site Internet (www.cbrcr.org) ou abonnez-vous!

ESCRIME

CLUB D'ESCRIME ESTOC

- Renseignements sur l'horaire et les tarifs : www.estoc.ca/tarifs.htm
- Entraîneur-chef : Guy Boulanger, 581 985-8512; guyboulanger@estoc.ca; www.estoc.ca
- Inscription : procédure indiquée sous la rubrique *Trois étapes pour s'inscrire* sur le site Internet du club
- Endroit : école des Grandes-Marées (EGM)

GOLF

- Renseignements et inscription : Christian Turbide, 418 624-5316, info@christianturbide.com
- Fiche d'inscription sur le site Internet du club (www.christianturbide.com)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GOLF3001	01	Débutant et intermédiaire	Sam. 9 h 30 à 11 h	ESM	2015-10-31	6 sem.	155 $
GOLF3002	01	Intermédiaire et avancé	Sam. 11 h à 12 h 30	ESM	2015-10-31	6 sem.	155 $

HIVER

- Cours du 4 avril annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GOLF3001	51	Débutant et intermédiaire	Sam. 9 h 30 à 11 h	ESM	2016-02-27	6 sem.	155 $
GOLF3002	51	Intermédiaire et avancé	Sam. 11 h à 12 h 30	ESM	2016-02-27	6 sem.	155 $

GYMNASTIQUE

CLUB AÉROGYM INC. (Activités du)

- Renseignements : www.clubaerogym.com; https://fr-fr.facebook.com/clubaerogyminc; clubaerogym_inc@hotmail.com, 418 990-1099 (boîte vocale)
- Responsables : Marie-Ève Rochette et Cindy Laroche
- Inscription
  - sur le site Internet du club (www.clubaerogym.com)
  - par la poste, au plus tard le 29 août (automne) et le 31 décembre (hiver)
  - Fiche d'inscription : sur Internet (faire parvenir son chèque libellé à l'ordre du Club Aérogym, inc., à l'adresse suivante : Club Aérogym inc., C. P. 75175, succ. Cap-Rouge, Québec G1Y 3C8)
- Activités
  - De la mi-septembre à la mi-janvier
  - Dates officielles transmises aux personnes inscrites deux semaines avant le début des activités

CLUB DE GYMNASTIQUE QUÉBEC PERFORMANCE

Le Club de gymnastique Québec Performance est né de la fusion de cinq clubs, qui étaient reconnus par la Ville de Québec. Il organise et développe toutes les disciplines gymniques et offre ses cours à dix endroits répartis dans les six arrondissements de la ville de Québec.

- Renseignements : 581 450-1GYM (1496), info@gymquebecperformance.com, www.gymquebecperformance.com
- Programmation présentée sur le site Internet du club à la mi-août : www.gymquebecperformance.com
- Adresse du bureau administratif : 6920, rue des Brumes, Québec G2C 2A6

CENTRES D'ENTRAÎNEMENT

Arrondissement de Beauport

- École la Seigneurie : 645, avenue du Cénacle G1E 1B3
- École Samuel-De Champlain : 2740, avenue Saint-David G1E 4K7
- École des Cîmes : 250, rue Cambert G1B 3R8

Arrondissement de Charlesbourg

- Arpidrome de Charlesbourg : 750, rue de la Sorbonne G1H 1H1
- École Cap-Soleil : 5256, avenue des Sauges G1G 3V7

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

Arrondissement de La Cité-Limoilou

- Centre Louis-Jolliet : 1201, rue de la Pointe-aux-Lièvres G1L 4M1

Arrondissement de La Haute-Saint-Charles

- Centre Saint-Louis : 262, rue Racine G2B 1E6
- École de La Chanterelle : 1070, boul. Pie-XI Nord G3K 2S6

Arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

- École De Rochebelle : 1095, avenue De Rochebelle, pavillon Gilles-Vigneault, porte 4D G1V 4P8

Arrondissement des Rivières

- École Du Domaine : 1630, rue des Balsamines G1M 2K9

INSCRIPTION EN LIGNE

- www.gymquebecperformance.com
- Paiement par carte de crédit seulement

INSCRIPTION EN PERSONNE

- Paiement par chèque ou comptant au bureau administratif du Club

MODALITÉS D'INSCRIPTION

- Adhésion à la Fédération de gymnastique du Québec (obligatoire) :
  - payable en un versement : 26 $ (couvrant la période du 15 août 2015 au 31 août 2016)
  - ajouter l'activité dans son inscription
- Habillement requis : tenue sportive (pantalons courts, *legging*, débardeur [*camisole*], gilet) et pieds nus, cheveux noués, sans bijoux
- Apporter sa bouteille d'eau
- Rabais familial : 2e enfant 10 %, 3e enfant 15 %, 4e enfant 20 %

RENSEIGNEMENTS SUR LES COURS

De 18 à 36 mois

- La participation du parent est nécessaire.
- Programme gymnique visant le plaisir dans la pratique de la gymnastique. L'enseignement est basé sur le programme Carrasco, reconnu par Gymnastique Canada.
- L'apprentissage, progressif, se fait par l'exploration de parcours gymniques présentés sous forme de circuits ludiques et diversifiés et il est adapté à l'évolution de chaque participant.
- Il permet aux jeunes gymnastes de développer leur coordination afin de devenir habiles et confiants.

3 et 4 ans, 5 et 6 ans

- Programme gymnique visant le plaisir dans la pratique de la gymnastique. L'enseignement est basé sur le programme Carrasco, reconnu par Gymnastique Canada.
- L'apprentissage, progressif, se fait par l'exploration de parcours gymniques présentés sous forme de circuits ludiques et diversifiés et il est adapté à l'évolution de chaque participant.
- Il permet aux jeunes gymnastes de développer leur coordination afin de devenir habiles et confiants.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

7 et 8 ans, de 9 à 11 ans, 12 ans ou plus

- Programme gymnique dont l'objectif est de permettre aux jeunes d'apprendre dans le plaisir, de développer leur coordination et leurs habiletés. L'enseignement est basé sur le programme national CANGYM, reconnu par Gymnastique Canada. L'apprentissage, progressif, qui se fait par l'atteinte de différents niveaux identifiés par des couleurs, est adapté à la progression de chaque participant.

Gymnastique au sol

- Ce programme, destiné aux jeunes de 9 ans ou plus, vise l'apprentissage de la gymnastique au sol selon des méthodes éducatives. Le développement d'habiletés acrobatiques et leur perfectionnement dans un cadre sécuritaire répond souvent aux besoins des jeunes pratiquant le *cheerleading* et le sport acrobatique.

Trampoline

- Ce programme, destiné aux jeunes de 9 ans ou plus, vise l'apprentissage de la gymnastique sur trampoline selon des méthodes éducatives progressives. Le développement d'habiletés acrobatiques dans un cadre sécuritaire répond souvent aux besoins des jeunes pratiquant un sport acrobatique tel que le plongeon, le ski acrobatique, le perfectionnement en *tumbling*, etc.

GROUPES ET ACTIVITÉS	EXIGENCES ET PRÉALABLES
Gymnastique - Parent-Bambin	Exigence : un parent doit accompagner l'enfant.
Gymnastique - Bout choux	Exigence : un parent doit accompagner l'enfant s'il est en apprentissage de la propreté.
Gymnastique - Bout choux avancé	Exigence : un parent doit accompagner l'enfant s'il est en apprentissage de la propreté. Préalable : avoir suivi 2 sessions de gymnastique depuis l'automne 2014
Gymnastique - Mini gym	Aucun
Gymnastique - Mini gym avancé	Préalable : avoir suivi 2 sessions de gymnastique depuis l'automne 2014
Gymnastique - Bordeaux & Rouge	Aucun
Gymnastique - Tan & Bronze	Préalable : avoir suivi 2 sessions de gymnastique depuis l'automne 2014
Gymnastique - Bronze & Mauve	Aucun
Gymnastique - Bleu & Turquoise	Préalable : avoir suivi 2 sessions de gymnastique depuis l'automne 2014
Gymnastique - Turquoise & Argent	Aucun
Gymnastique - Orange, Jaune, Vert, Or	Préalable : avoir suivi 2 sessions de gymnastique depuis l'automne 2014
Gymnastique - Sol	Aucun
Gymnastique - Sol avancé	Préalable : avoir suivi 2 sessions de gymnastique depuis l'automne 2014
Gymnastique - Trampoline	Préalable : avoir suivi 2 sessions de gymnastique depuis l'automne 2014

HOCKEY PLAISIR

- Renseignements : 418 641-6301, poste 3047
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Déroulement : de 15 à 20 minutes de pratique sous les conseils d'un animateur, de 40 à 45 minutes de jeu continu
- Cinq semaines de cours au minimum
- Port du casque avec grille et du protège-cou obligatoire
- Présence d'un parent obligatoire durant le cours

- **HIVER**

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
HOCK3820	51	Débutant, 7 à 10 ans	Dim. 9 h à 10 h	PASM	2016-01-10	6 sem.	21 $
HOCK3820	52	Débutant, 7 à 9 ans	Lun., mer. 18 h à 19 h	PP	2016-01-11	6 sem.	42 $
HOCK3820	53	Débutant, 7 à 9 ans	Mar., jeu. 18 h à 19 h	PRO	2016-01-12	6 sem.	42 $
HOCK3820	54	Débutant, 10 à 12 ans	Lun., mer. 19 h 05 à 20 h 05	PP	2016-01-11	6 sem.	42 $
HOCK3820	55	Débutant, 10 à 12 ans	Mar., jeu. 19 h 05 à 20 h 05	PRO	2016-01-12	6 sem.	42 $

HOCKEY MINEUR

ASSOCIATION DU HOCKEY MINEUR DE CAP-ROUGE–SAINT-AUGUSTIN (Activités du)

- Renseignements : Richard Cayouette, 418 455-9247; Claire Chouinard, 418 652-1367; richard.cayouette@hockeycrsa.com
- Inscription
  - Faire parvenir le formulaire d'inscription dûment rempli (voir sur le site Internet de l'association [www.hockeycrsa.com]) et un chèque au montant demandé à l'adresse suivante : Association du hockey mineur de Cap-Rouge–Saint-Augustin inc., C. P. 75132, succursale Cap-Rouge, Québec G1Y 3C6
  - Joueur n'ayant jamais été inscrit dans une équipe de hockey organisée : ajouter une photocopie d'un justificatif d'âge
- Tarif familial
  - Réduction de 50 $ des droits d'inscription de base accordée au deuxième enfant de la famille, de 75 $ au troisième et de 100 $ au quatrième (exception : joueurs de catégorie junior)
- Paiement
  - Droits d'inscription payables en un versement (chèque libellé à l'ordre de l'Association du hockey mineur de Cap-Rouge–Saint-Augustin inc. et reçu au plus tard le 20 août avec la fiche d'inscription)
  - Aucun remboursement accordé sauf s'il y a annulation de l'activité
- Endroits : aréna l'Activital, pavillon d'éducation physique de l'Université Laval (PEPS), arénas de Sillery et de Sainte-Foy ainsi que les arénas des autres organisations participantes

GROUPE	ANNÉE DE NAISSANCE	COÛT[2]
Pré-novice[1]	2009 et 2010	195 $
Novice	2007 et 2008	265 $
Atome	2005 et 2006	325 $
Pee-Wee	2003 et 2004	325 $
Bantam	2001 et 2002	325 $
Midget	1998, 1999 et 2000	325 $
Junior[3]	1994, 1995, 1996 et 1997	335 $

1 Possibilité offerte aux joueurs nés entre le 1er janvier 2011 et le 31 décembre 2011 de faire partie de cette catégorie, après une évaluation de l'Association

2 Coût de base; montant supplémentaire demandé aux joueurs des niveaux AA, BB et CC

3 Limite de quatre joueurs de 21 ans par équipe (né en 1994)

Selon les règlements de Hockey Québec, les joueurs doivent obligatoirement s'inscrire dans le secteur où ils habitent. Les résidants des anciennes villes de Sainte-Foy et de Sillery doivent s'inscrire auprès de l'Association du hockey mineur de Sainte-Foy–Sillery tandis que ceux de l'ancienne ville de Cap-Rouge doivent le faire auprès de l'Association du hockey mineur de Cap-Rouge–Saint-Augustin.

ASSOCIATION DU HOCKEY MINEUR DE SAINTE-FOY–SILLERY

- Renseignements : 418 641-6301, poste 3383; info@lesgouverneurs.com; www.lesgouverneurs.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou au moyen d'un chèque libellé à l'ordre du Hockey mineur Sainte-Foy–Sillery, d'un justificatif de domicile (*preuve de résidence*) et d'un justificatif d'âge (pour les nouveaux) transmis à l'A. H. M. de Sainte-Foy–Sillery, 930, avenue Roland-Beaudin, Québec G1V 4H8
- Politique familiale : 30 % de rabais accordé au 2e enfant de la famille, gratuit pour les enfants suivants
- Tarifs déterminés selon un ordre allant de l'aîné au plus jeune
- Frais supplémentaires demandés aux joueurs inscrits dans les catégories double lettre

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	DÉBUT	DURÉE	COÛT
HOCK3001	01	Pré-novice 2009-01-01 et 2011-12-31	2015-09-01	30 sem.	170 $
HOCK3002	01	Novice 2006-01-07 et 2008-12-31	2015-09-01	30 sem.	310 $
HOCK3003	01	Atome 2005-01-01 et 2006-12-31	2015-09-01	30 sem.	335 $
HOCK3004	01	Pee-Wee 2003-01-01 et 2004-12-31	2015-09-01	30 sem.	335 $
HOCK3005	01	Bantam 2001-01-01 et 2002-12-31	2015-09-01	30 sem.	335 $
HOCK3006	01	Midget 1998-01-01 et 2000-12-31	2015-09-01	30 sem.	335 $
HOCK3007	01	Junior 1994-01-01 et 1997-12-31	2015-09-01	30 sem.	360 $

Selon les règlements de Hockey Québec, les joueurs doivent obligatoirement s'inscrire dans le secteur où ils habitent. Les résidants des anciennes villes de Sainte-Foy et de Sillery doivent s'inscrire auprès de l'Association du hockey mineur de Sainte-Foy–Sillery tandis que ceux de l'ancienne ville de Cap-Rouge doivent le faire auprès de l'Association du hockey mineur de Cap-Rouge–Saint-Augustin.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

PATINAGE DE BASE

- Renseignements : 418 641-6301, poste 3047
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Apprentissage du coup de patin, des départs, des virages et de l'arrêt
- Cinq semaines de cours au minimum
- Port du casque protecteur obligatoire
- Présence d'un parent obligatoire durant le cours

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3800	51	Débutant 4 à 5 ans	Sam. 9 h à 9 h 50	PE	2016-01-09	6 sem.	31 $
PATI3800	52	Débutant 4 à 5 ans	Dim. 9 h à 9 h 50	PRO	2016-01-10	6 sem.	31 $
PATI3800	53	Débutant 4 à 5 ans	Dim. 9 h à 9 h 50	PSBE	2016-01-10	6 sem.	31 $
PATI3800	54	Débutant 4 à 5 ans	Dim. 9 h à 9 h 50	PSD	2016-01-10	6 sem.	31 $
PATI3800	55	Débutant 6 à 7 ans	Sam. 10 h à 10 h 50	PE	2016-01-09	6 sem.	31$
PATI3800	56	Débutant 6 à 7 ans	Dim. 10 h à 10 h 50	PRO	2016-01-10	6 sem.	31 $
PATI3800	57	Débutant 6 à 7 ans	Dim. 10 h à 10 h 50	PSBE	2016-01-10	6 sem.	31 $
PATI3800	58	Débutant 6 à 7 ans	Dim. 10 h à 10 h 50	PSD	2016-01-10	6 sem.	31 $
PATI3800	59	Débutant 4 à 6 ans	Dim. 10 h à 10 h 50	PASM	2016-01-10	6 sem.	31 $

PATINAGE ARTISTIQUE

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE DE CAP-ROUGE (Activités du)

- Renseignements : Isabelle Lacombe, 418 652-8077; Paul Lacasse, 418 657-4671 (en soirée seulement); www.sites.google.com/site/cpacaprouge
- Enfants de 4 ans et plus
- Apprentissage du patinage pouvant préparer à la pratique du hockey
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (faire parvenir la fiche d'inscription publiée sur le site Internet et un chèque libellé à l'ordre du CPA Cap-Rouge, à l'adresse suivante : CPA Cap-Rouge, C. P. 75113, succ. Cap-Rouge G1Y 3C6)
- Modalités de remboursement : selon la politique adoptée par le CPA de Cap-Rouge
- Rabais : 10 $ de réduction accordés au 2e enfant de la famille, 5 $ au 3e enfant de la famille; 50 $ de réduction accordés aux élèves inscrits au programme Sports-Études
- Débutants, Patinage plus (PP) : port du casque approuvé par la CSA obligatoire

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3028	02	Initiation au patinage PP, 4 ans et +	Sam. 9 h à 9 h 55	PEPS	2015-09-12	14 sem.	90 $
PATI3028	04	Initiation au patinage PP, 4 ans et +	Sam. 9 h à 9 h 55	PEPS	2015-09-12	26 sem.	120 $
PATI3029	01	Junior	Jeu., sam., dim.	PEPS	2015-08-29	30 sem.	210 $
PATI3030	01	Intermédiaire	Mar., jeu., sam., dim.	PEPS	2015-08-29	30 sem.	245 $
PATI3031	01	Senior	Mar., jeu., sam., dim.	PEPS	2015-08-29	30 sem.	245 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3028	52	Initiation au patinage PP, 4 ans et +	Sam. 9 h à 9 h 55	PEPS	2016-01-09	12 sem.	85 $

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE DE SAINTE-FOY (Activités du)

- Responsable : Céline Tardif-Trudel, 418 872-8709; www.cpasainte-foy.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste à l'adresse suivante : CPA Sainte-Foy, 930, avenue Roland-Beaudin, Québec G1V 4H8
- Chèque libellé à l'ordre du Club de patinage artistique de Sainte-Foy
- Port du casque obligatoire (casque de hockey homologué par la CSA) pour tous les enfants inscrits au cours de Patinage plus (PP)

AUTOMNE

- Cours annulé le 11 octobre pour le groupe PATI3007-01 (initiation PP, de 4 à 12 ans)
- Cours annulé le 10 octobre pour le groupe PATI3007-02 (initiation PP, de 4 à 12 ans)
- Cours annulés les 3, 5 et 6 décembre

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3007	01	Initiation, PP, 4 à 12 ans	Jeu. 17 h 35 à 18 h 25 Dim. 11 h 25 à 12 h 20	CSSF CSSF	2015-09-13	13 sem.	95 $
PATI3007	02	Initiation, PP, 4 à 12 ans	Sam. 11 h 30 à 12 h 20	CSSF	2015-09-12	13 sem.	70 $
PATI3008	01	Junior, intermédiaire, senior, 7 à 21 ans	Lun. 17 h à 19 h 50 Mar. 7 h 15 à 8 h 15 Mer. 7 h 15 à 8 h 15 Mer. 17 h 30 à 20 h 20 Jeu. 17 h à 17 h 30 Jeu. 18 h 40 à 21 h 10 Sam. 7 h à 11 h 30 Dim. 7 h à 10 h 55	CSSF CSSF CSSF AJC CSSF CSSF CSSF CSSF	2015-08-27	32 sem.	190 $
PATI3006	01	Senior, collégial et universitaire, 21 ans et -	Mar. 7 h 15 à 8 h 15 Mer. 7 h 15 à 8 h 15	CSSF CSSF	2015-09-01	32 sem.	115 $

HIVER

- Nombre de places limité
- Cours annulés les 7, 9, 10, 28, 30 et 31 janvier

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3007	51	Initiation, PP, 4 à 12 ans	Jeu. 17 h 35 à 18 h 25 et dim. 11 h 25 à 12 h 20	CSSF CSSF	2016-01-14	12 sem.	95 $
PATI3007	52	Initiation, PP, 4 à 12 ans	Sam. 11 h 30 à 12 h 20	CSSF	2016-01-16	12 sem.	70 $
PATI3008	51	Junior, intermédiaire, senior, 7 à 21 ans	Lun. 17 h à 19 h 50 Mar. 7 h 15 à 8 h 15 Mer. 7 h 15 à 8 h 15 Mer. 17 h 30 à 20 h 20 Jeu. 17 h à 17 h 30 Jeu. 18 h 40 à 21 h 10 Sam. 7 h à 11 h 30 Dim. 7 h à 10 h 55	CSSF CSSF CSSF AJC CSSF CSSF CSSF CSSF	2016-01-03	14 sem.	95 $
PATI3006	51	Senior, collégial et universitaire, 21 ans et -	Mar. 7 h 15 à 8 h 15 Mer. 7 h 15 à 8 h 15	CSSF CSSF	2016-01-06	14 sem.	75 $

MISE EN FORME (À l'extérieur de la patinoire)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3009	01	Junior, intermédiaire, senior	Sam. 10 h 20 à 11 h 20	CSSF	2015-09-12	13 sem.	50 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3009	51	Junior, intermédiaire, senior	Sam. 10 h 20 à 11 h 20	CSSF	2016-01-16	12 sem.	50 $

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE DE SILLERY (Activités du)

- Renseignements : www.cpasillery.ca; cpa.sillery@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca)
- Session d'hiver : 4 cours consacrés à des pratiques en vue de la tenue du spectacle prévu le 10 avril
- Modalités d'annulation et de remboursement : selon la politique adoptée par le CPA Sillery
- Équipement complet de hockey obligatoire dans les cours de *Power Skate*
- Port du casque obligatoire (casque de hockey homologué par la CSA) pour tous les enfants inscrits au cours de Patinage plus (PP)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

AUTOMNE ET HIVER (du 10 septembre au 10 avril)

- Âge du participant le 1er juillet 2015

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3010	02	Patinage plus, initiation, 3 à 5 ans (cours en groupe)*	Dim. 9 h 10 à 10 h	AJC	2015-09-13	28 sem.	150 $
PATI3010	01	Patinage plus, 5 à 17 ans (cours en groupe)	Ven. 19 h 20 à 20 h 10 et dim. 10 h 15 à 11 h 05	AJC	2015-09-13	28 sem.	150 $
PATI3011	01	Junior, 5 à 17 ans (cours particuliers [*privés]* avec un entraîneur)	Lun. 16 h 50 à 17 h 40 Mar. 16 h 30 à 17 h 15 Jeu. 19 h à 19 h 50 Ven. 16 h à 16 h 45 Sam. 16 h à 17 h Dim. 7 h 30 à 8 h 15	AJC	2015-09-10	28 sem.	150 $
PATI3025	01	Intermédiaire, 5 à 17 ans (cours particuliers [*privés*] avec un entraîneur)	Lun. 16 h à 16 h 50 Mar. 17 h 15 à 18 h Jeu. 18 h 10 à 19 h Ven. 16 h 45 à 17 h 30 Sam. 17 h 30 à 18 h 25 Dim. 7 h 30 à 8 h 15	AJC	2015-09-10	28 sem.	150 $
PATI3012	01	Senior, 5 à 20 ans (cours particuliers [*privés*] avec un entraîneur)	Lun. 17 h 40 à 18 h 30 Mar. 18 h 15 à 19 h Jeu. 16 h 30 à 17 h 20 Ven. 18 h 20 à 19 h 05 Sam. 18 h 25 à 19 h 20 Dim. 8 h 15 à 9 h	AJC	2015-09-10	28 sem.	150 $
PATI3026	01	*Power Skate Hockey* (pré-novice, novice et atome) 7 à 10 ans	Dim. 11 h 10 à 12 h	AJC	2015-09-13	28 sem.	150 $
PATI3026	02	*Power Skate Hockey* 5 à 7 ans	Dim. 9 h 10 à 10 h	AJC	2015-09-13	28 sem.	150 $

*Ce cours s'adresse aux enfants qui ne savent pas glisser sur la glace.

HIVER (du 3 janvier au 10 avril)

- Renseignements : www.cpasillery.ca; cpa.sillery@hotmail.com
- Nombre de places limité dans les groupes commençant leur cours cet hiver
- Équipement complet de hockey obligatoire dans les cours de *Power Skate*

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3010	51	Patinage plus 5 à 17 ans (cours en groupe)	Ven. 19 h 20 à 20 h 10 et dim. 10 h 15 à 11 h 05	AJC	2016-01-10	13 sem.	100 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3011	51	Junior, 5 à 17 ans (cours particuliers [*privés*] avec un entraîneur)	Lun. 16 h 50 à 17 h 40 Mar. 16 h 30 à 17 h 15 Jeu. 19 h à 19 h 50 Ven. 16 h à 16 h 45 Sam. 16 h à 17 h Dim. 7 h 30 à 8 h 15	AJC	2016-01-03	14 sem.	100 $
PATI3025	51	Intermédiaire, 5 à 17 ans (cours particuliers [*privés*] avec un entraîneur)	Lun. 16 h à 16 h 50 Mar. 17 h 15 à 18 h Jeu. 18 h 10 à 19 h Ven. 16 h 45 à 17 h 30 Sam. 17 h 30 à 18 h 25 Dim. 7 h 30 à 8 h 15	AJC	2016-01-03	14 sem.	100 $
PATI3012	51	Senior, 5 à 20 ans (cours particuliers [*privés*] avec un entraîneur)	Lun. 17 h 40 à 18 h 30 Mar. 18 h 15 à 19 h Jeu. 16 h 30 à 17 h 20 Ven. 18 h 20 à 19 h 05 Sam. 18 h 25 à 19 h 20 Dim. 8 h 15 à 9 h	AJC	2016-01-03	14 sem.	100 $
PATI3026	51	*Power Skate Hockey* (pré-novice, novice et atome) 7 à 10 ans	Dim. 11 h 10 à 12 h	AJC	2016-01-10	13 sem.	100 $
PATI3026	52	*Power Skate Hockey* 5 à 7 ans	Dim. 9 h 10 à 10 h	AJC	2016-01-10	13 sem.	100 $

MISE EN FORME (À l'extérieur de la patinoire)

- Renseignements : www.cpasillery.ca; cpa.sillery@hotmail.com
- Activité réservée aux patineurs du club
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3024	01	Junior, intermédiaire, senior	Dim. 11 h 45 à 12 h 45	CCNB	2015-09-20	20 sem.	100 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3024	51	Junior, intermédiaire, senior	Dim. 11 h 45 à 12 h 45	CCNB	2016-01-10	10 sem.	50 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

PATINAGE DE VITESSE

CLUB DE PATINAGE DE VITESSE DE SAINTE-FOY (Activités du)

- Renseignements : 418 641-6301, poste 3382; www.cpvsf.com
- Inscription
  - sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca)
  - au local du club (patinoire Roland-Couillard) du centre sportif de Sainte-Foy (CSSF) (chèque libellé à l'ordre du Club de patinage de vitesse de Sainte-Foy)
  - Automne : du 24 au 28 août, de 17 h 30 à 20 h
  - Hiver : le 3 janvier, de 10 h à 12 h 30

ÉCOLE DE PATINAGE

- Exigence : chaussé de patins, pouvoir se tenir debout seul
- Équipement obligatoire : casque, protège-cou avec bavette, gants ou mitaines de cuir, protège-coudes, protège-genoux et patins de hockey, de patinage artistique ou de patins à longues lames

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3013	01	4 ans et + Apprentissage, Avancé	Dim. 11 h 40 à 12 h 30	CSSF	2015-09-06	13 sem.	115 $/1er enfant 95 $/enfants suivants
PATI3013	02	4 ans et + Apprentissage, Avancé	Dim. 11 h 40 à 12 h 30	CSSF	2015-09-06	25 sem.	230 $/1er enfant 190 $/enfants suivants
PATI3014	01	4 ans et + Apprentissage, Débutant	Dim. 12 h 30 à 13 h 20	CSSF	2015-09-06	13 sem.	115 $/1er enfant 95 $/enfants suivants
PATI3014	02	4 ans et + Apprentissage, Débutant	Dim. 12 h 30 à 13 h 20	CSSF	2015-09-06	25 sem.	230 $/1er enfant 190 $/enfants suivants

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3013	51	4 ans et + Apprentissage, avancé	Dim. 11 h 40 à 12 h 30	CSSF	2016-01-03	12 sem.	115 $/1er enfant 95 $/enfants suivants
PATI3014	51	4 ans et + Apprentissage, débutant	Dim. 12 h 30 à 13 h 20	CSSF	2016-01-03	12 sem.	115 $/1er enfant 95 $/enfants suivants

PATINAGE DE VITESSE INTÉRIEUR

- Équipement obligatoire : casque, protège-cou avec bavette, gants ou mitaines de cuir, lunettes protectrices, protège-tibias, bas résistants aux coupures et patins à longues lames
- Location de patins à longues lames à prix abordable

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3015	01	Initié et avancé, groupe 3	À confirmer	CSSF, AGB	2015-08-30	30 sem.	355 $/1er enfant 275 $/enfants suivants
PATI3016	01	Débutant et initié, groupe 4	À confirmer	CSSF, AGB	2015-08-30	30 sem.	355 $/1er enfant 275 $/enfants suivants
PATI3019	01	Très avancé, groupe 1	À confirmer	CSSF, AGB	2015-08-30	30 sem.	385 $/1er enfant 300 $/enfants suivants
PATI3021	01	Avancé, groupe 2	À confirmer	CSSF, AGB	2015-08-30	30 sem.	385 $/1er enfant 300 $/enfants suivants
PATI3023	01	Élite	À confirmer	À confirmer	2015-08-30	30 sem.	À confirmer (selon les droits d'affiliation de la FPVQ)

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3016	51	Débutant et initié, groupe 4 1re année de patinage de vitesse	À confirmer	CSSF	2016-01-03	13 sem.	195 $/1er enfant 155 $/enfants suivants

CLUB DE PATINAGE DE VITESSE DES MAÎTRES DE QUÉBEC (Activités du)

- Renseignements et inscription : André Langlois, 418 877-4868; cpvmq@live.ca; www.cpvmq.org
- Patinage sur longue piste à l'anneau Gaétan-Boucher (AGB) et cours
- Cours s'adressant aux adultes (niveaux débutant, intermédiaire et avancé)
- Possibilité offerte aux membres de participer au marathon sur glace et à la compétition sur piste
- Possibilité d'essayer des patins clap : 25 $ l'heure

PILATES

- Renseignements : Rest'Actif, 418 834-7312; www.restactif.ca
- Chèque libellé à l'ordre de Rest'Actif (le poster avec le formulaire dûment rempli à l'adresse suivante : 14, route Kennedy, Lévis G6V 6C2)

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3006	01	50 ans et + Intermédiaire	Lun. 11 h 10 à 12 h 10	CCNB	2015-09-14	12 sem.	120 $
MUSC3006	02	50 ans et + Débutant	Mer. 9 h à 10 h	CCNB	2015-09-16	12 sem.	120 $

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3006	51	50 ans et + Intermédiaire	Lun. 11 h 10 à 12 h 10	CCNB	2016-01-18	12 sem.	120 $
MUSC3006	52	50 ans et + Débutant	Mer. 9 h à 10 h	CCNB	2016-01-20	12 sem.	120 $

SOCCER

CLUB DE SOCCER DES CARAVELLES DE SAINTE-FOY–SILLERY (Activités du)

- Renseignements : 418 641-6301, poste 3374; ecrire@caravelles.ca; www.caravelles.ca
- Inscription
  - sur le site Internet du club par carte Visa ou Mastercard
  - par la poste (formulaire sur le site du club)
  - le 22 août, de 9 h à 12 h, au stade Telus de l'Université Laval
  - le 29 août, de 11 h à 15 h, sur le terrain de l'école De Rochebelle 2 (3010, boulevard Hochelaga) lors de la fête soulignant la fin de la saison locale
  - à partir du 8 septembre au bureau du club, situé au centre sportif de Sainte-Foy (CSSF), du lundi au vendredi, de 11 h à 17 h
- Présentation de la carte d'assurance maladie s'il s'agit de la première inscription au club
- Photo de passeport prise sur place (nouveaux joueurs seulement)
- Mode de paiement : chèque libellé à l'ordre du Club de soccer des Caravelles de Sainte-Foy–Sillery

SOCCER CRSA INC. OLYMPIQUE CRSA (Secteur de Cap-Rouge et ville de Saint-Augustin-de-Desmaures) (Activités de)

- Renseignements : 418 877-5575, info@soccercrsa.ca; www.soccercrsa.ca
- Horaires publiés sur le site Internet de l'organisation
- Inscription
  - en ligne : julo.ca/soccer_crsa_inc
  - par la poste (C. P. 75045, succ. Cap-Rouge, Québec G1Y 3C6)
  - sur place (5080, rue Marius-Barbeau, stade Leclerc, CNDF, 2e étage, Saint-Augustin-de-Desmaures), paiement par chèque libellé à l'ordre de Soccer CRSA ou comptant

ASSOCIATION DE SOCCER DU MISTRAL LAURENTIEN (Activités de l')

- Renseignements : 418 977-7228; info@mistrallaurentien.com
- Secteurs Laurentien (Champigny et Chauveau), de Val-Bélair, de Courcelette et ville de L'Ancienne-Lorette
- Programmes offerts : www.mistrallaurentien.com, sous l'onglet Hiver

STRETCHING ET TONUS

- Renseignements : Rest'Actif, 418 834-7312; www.restactif.ca
- Chèque libellé à l'ordre de Rest'Actif (le poster avec le formulaire dûment rempli à l'adresse suivante : 14, route Kennedy, Lévis G6V 6C2)
- Forfait deux fois semaine : 60 $ pour le 2e cours

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3002	01	50 ans et +	Mar. 13 h 10 à 14 h 10	CCNB	2015-09-15	12 sem.	80 $
MUSC3002	02	50 ans et +	Mar. 14 h 20 à 15 h 20	CCNB	2015-09-15	12 sem.	80 $
MUSC3002	03	50 ans et +	Mer. 11 h 10 à 12 h 10	CCNB	2015-09-16	12 sem.	80 $
MUSC3002	04	50 ans et +	Jeu. 13 h 10 à 14 h 10	CCNB	2015-09-17	12 sem.	80 $
MUSC3002	05	50 ans et +	Ven. 11 h 10 à 12 h 10	CCNB	2015-09-18	12 sem.	80 $

HIVER

- Cours du 25 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3002	51	50 ans et +	Mar. 13 h 10 à 14 h 10	CCNB	2016-01-19	12 sem.	80 $
MUSC3002	52	50 ans et +	Mar. 14 h 20 à 15 h 20	CCNB	2016-01-19	12 sem.	80 $
MUSC3002	53	50 ans et +	Mer. 11 h 10 à 12 h 10	CCNB	2016-01-20	12 sem.	80 $
MUSC3002	54	50 ans et +	Jeu. 13 h 10 à 14 h 10	CCNB	2016-01-21	12 sem.	80 $
MUSC3002	55	50 ans et +	Ven. 11 h 10 à 12 h 10	CCNB	2016-01-22	12 sem.	80 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

ÉQUILIBRE, POSTURE ET STRETCHING

- Renseignements : Rest'Actif, 418 834-7312; www.restactif.ca
- Chèque libellé à l'ordre de Rest'Actif (le poster avec le formulaire dûment rempli à l'adresse suivante : 14, route Kennedy, Lévis G6V 6C2)

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3007	01	50 ans et +	Lun. 14 h 20 à 15 h 20	CCNB	2015-09-14	12 sem.	80 $

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3007	51	50 ans et +	Lun. 14 h 20 à 15 h 20	CCNB	2016-01-18	12 sem.	80 $

TAEKWONDO

ÉCOLE DE TAEKWONDO ITF DE LA CITADELLE (Activités de l')

- Responsable : Valérie Gingras-Précourt, 418 353-2410; www.ecoletkdcitadelle.com
- *Dobok* obligatoire à compter de la ceinture blanche I (vendu sur place au coût de 40 $)
- Protections pour le combat nécessaires à compter de la ceinture jaune (vendues sur place)
- Inscription par Internet (www.ecoletkcitadelle.com) ou au moyen d'un chèque libellé à l'ordre de l'école de TKD Citadelle (le poster avec le formulaire dûment rempli à l'adresse suivante : 2020, rue des Maires-Sharples, Québec G1T 1K4)

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAEK3020	01	Initiation, 4 à 5 ans	Sam. 9 h à 9 h 30	ESM	2015-09-19	12 sem.	60 $[2]
TAEK3015	01	Autodéfense, 9 à 12 ans	Mer. 16 h à 16 h 45	CCNB	2015-09-16	12 sem.	75 $
TAEK3012	01	Ceinture blanche I et II, 6 à 13 ans	Ven. 16 h à 17 h	CCNB	2015-09-18	12 sem.	75 $
TAEK3012	02[1]	Ceinture blanche I et II, 6 à 13 ans	Sam. 9 h 30 à 10 h 30	ESM	2015-09-19	12 sem.	75 $
TAEK3012	03	Ceinture blanche I et II, 6 à 13 ans (cours en anglais)	Lun. 16 h à 17 h	CCNB	2015-09-14	12 sem.	75 $

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAEK3014	01	Ceinture jaune I et II, 6 à 13 ans	Ven. 17 h à 18 h 30	CCNB	2015-09-18	12 sem.	95 $
TAEK3014	02	Ceinture jaune I et II, 6 à 13 ans	Sam. 10 h 30 à 12 h	ESM	2015-09-19	12 sem.	95 $
TAEK3016	01	Ceinture verte à rouge, 6 à 13 ans	Lun., mer. 17 h à 18 h 30	CCNB	2015-09-14	12 sem.	130 $

[1]Duo parent et enfant (rabais de 50 % accordé au parent qui s'inscrit avec son enfant)

[2]Le tarif inclut le prix du t-shirt, qui devra être porté par l'enfant pendant les cours.

HIVER

- Cours des 25, 26 et 28 mars annulés

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAEK3020	51	Initiation, 4 à 5 ans	Sam. 9 h à 9 h 30	ESM	2016-01-16	12 sem.	60 $[2]
TAEK3015	51	Autodéfense, 9 à 12 ans	Mer. 16 h à 16 h 45	CCNB	2016-01-13	12 sem.	75 $
TAEK3012	51	Ceinture blanche I et II, 6 à 13 ans	Ven. 16 h à 17 h	CCNB	2016-01-15	12 sem.	75 $
TAEK3012	52[1]	Ceinture blanche I et II, 6 à 13 ans	Sam. 9 h 30 à 10 h 30	ESM	2016-01-16	12 sem.	75 $
TAEK3012	53	Ceinture blanche I et II, 6 à 13 ans (cours en anglais)	Lun. 16 h à 17 h	CCNB	2016-01-11	12 sem.	75 $
TAEK3014	51	Ceinture jaune I et II, 6 à 13 ans	Ven. 17 h à 18 h 30	CCNB	2016-01-15	12 sem.	95 $
TAEK3014	52	Ceinture jaune I et II, 6 à 13 ans	Sam. 10 h 30 à 12 h	ESM	2016-01-16	12 sem.	95 $
TAEK3016	51	Ceinture verte à rouge, 6 à 13 ans	Lun., mer. 17 h à 18 h 30	CCNB	2016-01-11	12 sem.	130 $

[1]Duo parent et enfant (rabais de 50 % accordé au parent qui s'inscrit avec son enfant)

[2]Le tarif inclut le prix du t-shirt, qui devra être porté par l'enfant pendant les cours.

CLUB DE TAEKWONDO DE SAINTE-FOY (WTF) (Activités du)

- Responsable : Alain Bernier, directeur technique, 418 654-4079; www.tkd-ste-foy.com; informations@taekwondo-sainte-foy.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Endroit : école Saint-François (ESFR)
- Heures d'ouverture : lundi, mercredi et vendredi, de 18 h 30 à 19 h 15
- Coût de l'équipement en sus, *dobok* gratuit pour les débutants (ceinture blanche, enfants et adultes)
- Réduction de 50 % accordé au 3e membre de la famille inscrit au cours (ne s'applique pas aux participants de niveau compétition et lorsqu'il y a reprise d'examen)
- Examen de fin de session : de 15 $ à 20 $, taxes incluses
- Horaire sujet à changement : www.tkd-ste-foy.com

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAEK3001	01	Initiation, 4 à 6 ans	Sam. 9 h à 9 h 45	ESV	2015-09-19	10 sem.	65 $
TAEK3001	02	Débutant, 12 ans et -	Sam. 10 h 15 à 11 h 30	ESV	2015-09-19	12 sem.	85 $
TAEK3001	03	Débutant, 12 ans et -	Sam. 10 h 15 à 11 h 30	ECVC	2015-09-19	12 sem.	85 $
TAEK3002	01	Débutant et ceinture blanche I, 13 ans et +	Mar., jeu. 19 h 45 à 21 h	ESFR	2015-09-15	12 sem.	130 $
TAEK3003	01	Ceinture blanche I, 12 ans et -	Sam. 9 h à 10 h 15	ECVC	2015-09-19	12 sem.	90 $
TAEK3004	01	Ceinture blanche II, 12 ans et -	Mar. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 9 h à 10 h 15	END ESFR	2015-09-15	12 sem.	130 $
TAEK3005	01	Ceinture jaune et jaune I, 12 ans et -	Jeu. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 9 h à 10 h 15	ESFR END	2015-09-17	12 sem.	130 $
TAEK3006 TAEK3006	01 02	Ceinture jaune à verte I, 13 ans et +	Lun., mar., jeu. 19 h 45 à 21 h	ESFR	2015-09-14	12 sem.	155 $/3 soirs 130 $/2 soirs
TAEK3007	01	Ceinture jaune II et verte, 12 ans et -	Jeu. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 10 h 15 à 11 h 30	END ESFR	2015-09-17	12 sem.	130 $
TAEK3008	01[1]	Ceinture verte I et verte II, 12 ans et -	Mar. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 10 h 15 à 11 h 30	ESFR END	2015-09-15	12 sem.	130 $
TAEK3008	02[2]	Ceinture verte I et verte II, 12 ans et -	Lun., mar. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 10 h 15 à 11 h 30	ESFR END	2015-09-14	12 sem.	155 $
TAEK3009	01[1]	Ceinture bleue à noire, 13 ans et -	Mer., ven. 18 h 30 à 19 h 45	ESFR	2015-09-16	12 sem.	130 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAEK3009	02[2]	Ceinture bleue à noire, 13 ans et -	Lun., mer., ven. 18 h 30 à 19 h 45	ESFR	2015-09-14	12 sem.	155 $
TAEK3010 TAEK3010 TAEK3010	01 02 03	Ceinture bleue à noire, 13 ans et +	Lun., ven. 19 h 45 à 21 h Mer. 20 h 15 à 21 h 30	ESFR ESFR	2015-09-14	12 sem.	155 $/3 soirs 130 $/2 soirs 105 $/1 soir
TAEK3011	01	Compétition, relève, Groupe 1 (avancé)	Sam. 13 h à 14 h	ESFR	2015-09-19	12 sem.	65 $
TAEK3011	02	Compétition, relève, Groupe 2 (intermédiaire)	Sam. 14 h à 15 h	ESFR	2015-09-19	12 sem.	65 $
TAEK3013	01	Initiation et maintien, Adulte (sans combat)	Mer. 19 h à 20 h 15	CDC	2015-09-16	12 sem.	105 $

[1]Programme allongé, aucun examen à la fin de la session

[2]Programme habituel, examen à la fin de la session

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAEK3001	51	Initiation, 4 à 6 ans	Sam. 9 h à 9 h 45	ESV	2016-01-09	12 sem.	65 $
TAEK3001	52	Débutant, 12 ans et -	Sam. 10 h 15 à 11 h 30	ESV	2016-01-09	12 sem.	85 $
TAEK3001	53	Débutant, 12 ans et -	Sam. 10 h 15 à 11 h 30	ECVC	2016-01-09	12 sem.	85 $
TAEK3002	51	Débutant et ceinture blanche I, 13 ans et +	Mar., jeu. 19 h 45 à 21 h	ESFR	2016-01-12	12 sem.	130 $
TAEK3003	51	Ceinture blanche I, 12 ans et -	Sam. 9 h à 10 h 15	ECVC	2016-01-09	12 sem.	90 $
TAEK3004	51	Ceinture blanche II, 12 ans et -	Mar. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 9 h à 10 h 15	END ESFR	2016-01-09	12 sem.	130 $
TAEK3005	51	Ceinture jaune et jaune I, 12 ans et -	Jeu. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 9 h à 10 h 15	ESFR END	2016-01-09	12 sem.	130 $
TAEK3006 TAEK3006	51 52	Ceinture jaune à verte I, 13 ans et +	Lun., mar., jeu. 19 h 45 à 21 h	ESFR	2016-01-11	12 sem.	155 $/3 soirs 130 $/2 soirs
TAEK3007	51	Ceinture jaune II et verte, 12 ans et -	Jeu. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 10 h 15 à 11 h 30	END ESFR	2016-01-09	12 sem.	130 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

CLUB DE TAEKWONDO DE SAINTE-FOY (WTF) (Activités du) (SUITE)

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAEK3008	51[1]	Ceinture verte I et verte II, 12 ans et -	Mar. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 10 h 15 à 11 h 30	ESFR END	2016-01-09	12 sem.	130 $
TAEK3008	52[2]	Ceinture verte I et verte II, 12 ans et -	Lun., mar. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 10 h 15 à 11 h 30	ESFR END	2016-01-09	12 sem.	155 $
TAEK3009	51[1]	Ceinture bleue à noire, 13 ans et -	Mer., ven. 18 h 30 à 19 h 45	ESFR	2016-01-08	12 sem.	130 $
TAEK3009	52[2]	Ceinture bleue à noire, 13 ans et -	Lun., mer., ven. 18 h 30 à 19 h 45	ESFR	2016-01-08	12 sem.	155 $
TAEK3010 TAEK3010 TAEK3010	51 52 53	Ceinture bleue à noire, 13 ans et +	Lun., ven. 19 h 45 à 21 h Mer. 20 h 15 à 21 h 30	ESFR ESFR	2016-01-08	12 sem.	155 $/3 soirs 130 $/2 soirs 105 $/1 soir
TAEK3011	51	Compétition, relève, Groupe 1 (avancé)	Sam. 13 h à 14 h	ESFR	2016-01-09	12 sem.	65 $
TAEK3011	52	Compétition, relève, Groupe 2 (intermédiaire)	Sam. 14 h à 15 h	ESFR	2016-01-09	12 sem.	65 $
TAEK3013	51	Initiation et maintien, Adulte (sans combat)	Mer. 19 h à 20 h 15	CDC	2016-01-13	12 sem.	105 $

[1]Programme allongé, aucun examen à la fin de la session

[2]Programme habituel, examen à la fin de la session

CLUB DE TAEKWONDO DE CAP-ROUGE–SAINT-AUGUSTIN (Activités du)

- Renseignements : www.tkd-crsa.ca; info@tkd-crsa.ca
- Renseignements techniques : Martin Montes, 418 529-4203, directeurtechnique@tkd-crsa.ca
- Endroit : 4950, rue Lionel-Groulx, Saint-Augustin-de-Desmaures
- Inscription : formulaire présenté sur le site Internet du club
- Chèque libellé à l'ordre du Club de taekwondo CRSA (le poster avec le formulaire d'inscription à l'adresse suivante : Club de taekwondo CRSA, 4950, rue Lionel-Groulx, Saint-Augustin-de-Desmaures G3A 1V2)
- Horaire complet et formulaire d'inscription présentés sur le site Internet du club
- Coût de l'examen en sus

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
4 et 5 ans	Samedi matin (45 min)	2015-09-19	13 sem.	75 $
6 à 12 ans	Samedi matin (75 min)	2015-09-19	13 sem.	85 $
13 ans et + Adultes	Lundi et mercredi soir (75 minutes)[1]	2015-09-19	13 sem.	95 $

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
4 et 5 ans	Samedi matin (45 min)	2016-01-09	12 sem.	75 $
6 à 12 ans	Samedi matin (75 min)	2016-01-09	12 sem.	85 $
13 ans et + Adultes	Lundi et mercredi soir (75 min)[1]	2016-01-09	12 sem.	95 $

[1]Horaire pouvant varier selon le nombre d'inscriptions reçues

TIR À L'ARC

CLUB DES FRANCS ARCHERS DE SAINTE-FOY INC. (Activités du)

- Renseignements : 418 871-6836, 418 655-2090, info@francsarchers.com, www.francsarchers.com
- Début : 15 octobre
- Endroit : Centre d'entraînement et de développement de la relève de Québec, 250, boul. Wilfrid-Hamel, site d'ExpoCité, pavillon 2, édifice 250D
- Installations (salle intérieure) libres les mardis et jeudis, de 18 h 30 à 21 h
- Tir en salle sur des distances de 5 à 55 mètres
- Tous les services offerts

VOLLEYBALL

- Renseignements : 418 641-6301, poste 3047
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Équipes constituées sur place

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VOLL3005	01	Intermédiaire	Mer. 20 h à 21 h 30	ESM	2015-09-16	12 sem.	39,75 $
VOLL3820	01	Intermédiaire à avancé	Jeu. 20 h 15 à 22 h 15	EGM	2015-09-17	12 sem.	53 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VOLL3005	51	Intermédiaire	Mer. 20 h à 21 h 30	ESM	2016-01-20	12 sem.	39,75 $
VOLL3820	51	Intermédiaire à avancé	Jeu. 20 h 15 à 22 h 15	EGM	2016-01-21	12 sem.	53 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

YOGA ET AUTRES ACTIVITÉS DE RELAXATION

CENTRE DE YOGA DE SAINTE-FOY (Activités du)

- Renseignements : 418 688-3003
- Présentation des professeurs, description des cours et des horaires : www.yogasaintefoy.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Journées portes ouvertes et cours gratuits : www.yogasaintefoy.com
- Professeurs : Francine Charron (1), Odette Rousseau (2), Robert Boudreault (3), Nicole Santerre (4), Anne Dauphinais (5), Marie-Annick Brai (6), Benoît Gauthier (7), Maude Deschênes-Pradet (8), Martine Quirion (9), Pierre Marcotte (10), Élodie Dumont-Rousseau (11), Renate Hildebrand (12), Yves Hébert (13), Fernande Faucher (14)

FORFAIT FLEXIBLE (CARTE ZEN)

- Renseignements : 418 688-3003
- Carte d'abonnement donnant le droit d'assister à 12 cours au choix, valable 12 cours
- Cours non remboursables
- Carte transférable

Le centre de yoga fera parvenir aux personnes ayant payé ce forfait, une « carte Zen », carte à poinçon qu'elles doivent présenter au début de chaque cours.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
EVEN3862	01	Tous	Valable pour tous les cours offerts par le Centre	CY	En continu	52 sem.	120 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
EVEN3862	51	Tous	Valable pour tous les cours offerts par le Centre	CY	En continu	52 sem.	120 $

GYMNASTIQUE ANTISTRESS

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AGYM3001	01	Adultes	Mar. 13 h 30 à 15 h	CY (1)	2015-09-15	12 sem.	120 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AGYM3001	51	Adultes	Mar. 13 h 30 à 15 h	CY (1)	2016-01-19	12 sem.	120 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

HATHA YOGA

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3001	01	Initiation	Mer. 10 h à 11 h 30	CY (4)	2015-09-16	12 sem.	120 $
YOGA3001	02	Débutant	Lun. 10 h à 11 h 30	CY (4)	2015-09-14	12 sem.	120 $
YOGA3001	03	Débutant	Mar. 10 h à 11 h 30	CY (10)	2015-09-15	12 sem.	120 $
YOGA3001	04	Débutant	Mar. 17 h 45 à 19 h 15	CY (4)	2015-09-15	12 sem.	120 $
YOGA3001	05	Débutant	Mer. 19 h 30 à 21 h	CY (11)	2015-09-16	12 sem.	120 $
YOGA3001	06	Débutant	Jeu. 17 h 30 à 19 h	CY (8)	2015-09-17	12 sem.	120 $
YOGA3002	01	Intermédiaire	Mar. 19 h 30 à 21 h	CY (4)	2015-09-15	12 sem.	120 $
YOGA3002	02	Intermédiaire	Mer. 17 h 30 à 19 h	CY (11)	2015-09-16	12 sem.	120 $
YOGA3002	03	Intermédiaire	Jeu. 11 h 45 à 13 h 15	CY (10)	2015-09-17	12 sem.	120 $
YOGA3002	04	Intermédiaire, Sivananda	Jeu. 19 h 15 à 21 h	CY (8)	2015-09-17	12 sem.	120 $
YOGA3003	01	Intermédiaire et avancé*	Lun. 19 h 15 à 21 h	CY (10)	2015-09-14	12 sem.	120 $
YOGA3003	02	Avancé	Jeu. 13 h 30 à 15 h 15	CY (10)	2015-09-17	12 sem.	120 $

*Préalable : pratiquer le yoga depuis au moins 2 ans

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3001	51	Initiation	Mer. 10 h à 11 h 30	CY (4)	2016-01-20	12 sem.	120 $
YOGA3001	52	Débutant	Lun. 10 h à 11 h 30	CY (4)	2016-01-18	12 sem.	120 $
YOGA3001	53	Débutant	Mar. 10 h à 11 h 30	CY (10)	2016-01-19	12 sem.	120 $
YOGA3001	54	Débutant	Mar. 17 h 45 à 19 h 15	CY (4)	2016-01-19	12 sem.	120 $
YOGA3001	55	Débutant	Mer. 19 h 30 à 21 h	CY (11)	2016-01-20	12 sem.	120 $
YOGA3001	56	Débutant	Jeu. 17 h 30 à 19 h	CY (8)	2016-01-21	12 sem.	120 $
YOGA3002	51	Intermédiaire	Mar. 19 h 30 à 21 h	CY (4)	2016-01-19	12 sem.	120 $
YOGA3002	52	Intermédiaire	Mer. 17 h 30 à 19 h	CY (11)	2016-01-20	12 sem.	120 $
YOGA3002	53	Intermédiaire	Jeu. 11 h 45 à 13 h 15	CY (10)	2016-01-21	12 sem.	120 $
YOGA3002	54	Intermédiaire, Sivananda	Jeu. 19 h 15 à 21 h	CY (8)	2016-01-21	12 sem.	120 $
YOGA3003	51	Intermédiaire et avancé*	Lun. 19 h 15 à 21 h	CY (10)	2016-01-18	12 sem.	120 $
YOGA3003	52	Avancé	Jeu. 13 h 30 à 15 h 15	CY (10)	2016-01-21	12 sem.	120 $

*Préalable : pratiquer le yoga depuis au moins 2 ans

LECTURE (Ateliers de)

- 4 ateliers : 22 septembre, 6 octobre, 3 novembre et 1er décembre

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LECT3001	01	Adultes	Mar. 19 h à 20 h 30	CY (12)	2015-09-22	Gratuit	120 $

MÉDITATION (Cercle de)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MEDI3003	01	Adultes	Jeu. 19 h 30 à 20 h 30	CY (7)	2015-09-17	12 sem.	Gratuit

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MEDI3003	51	Adultes	Jeu. 19 h 30 à 20 h 30	CY (7)	2016-01-21	12 sem.	Gratuit

MÉDITATION (Cours de)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MEDI3001	01	Débutant	Lun. 19 h 30 à 20 h 45	CY (7)	2015-10-05	9 sem.	90 $
MEDI3001	02	Débutant	Lun. 15 h 30 à 16 h 30	CY (2)	2015-10-05	9 sem.	90 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MEDI3001	51	Débutant	Lun. 19 h 30 à 20 h 45	CY (7)	2016-02-08	9 sem.	90 $
MEDI3001	52	Débutant	Lun. 15 h 30 à 16 h 30	CY (2)	2016-02-08	9 sem.	90 $

PILATES

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3004	01	15 ans et +	Lun. 19 h 30 à 20 h 30	CY(5)	2015-09-14	12 sem.	120 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3004	51	15 ans et +	Lun. 19 h 30 à 20 h 30	CY(5)	2016-01-18	12 sem.	120 $

YOGALATES

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3005	01	15 ans et +	Lun. 18 h à 19 h	CY (5)	2015-09-14	12 sem.	120 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3005	51	15 ans et +	Lun. 18 h à 19 h	CY (5)	2016-01-18	12 sem.	120 $

QI GONG

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
QIGO3001	01	Intermédiaire	Mar. 10 h à 11 h 30	CY (3)	2015-09-15	12 sem.	120 $
QIGO3001	02	Débutant	Mar. 13 h 30 à 15 h	CY (3)	2015-09-15	12 sem.	120 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
QIGO3001	51	Intermédiaire	Mar. 10 h à 11 h 30	CY (3)	2016-01-19	12 sem.	120 $
QIGO3001	52	Débutant	Mar. 13 h 30 à 15 h	CY(3)	2016-01-19	12 sem.	120 $

STRETCHING GLOBAL

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3007	01	Adultes	Mar. 19 h 30 à 21 h	CY (1)	2015-09-15	12 sem.	120 $
YOGA3007	02	Adultes	Jeu. 17 h 30 à 19 h	CY (1)	2015-09-17	12 sem.	120 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3007	51	Adultes	Mar. 19 h 30 à 21 h	CY (1)	2016-01-19	12 sem.	120 $
YOGA3007	52	Adultes	Jeu. 17 h 30 à 19 h	CY (1)	2016-01-21	12 sem.	120 $

TAÏ-CHI

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAIC3001	01	Débutant	Lun. 10 h à 11 h 30	CY (13)	2015-09-14	12 sem.	120 $
TAIC3001	02	Débutant	Mer. 19 h 15 à 20 h 45	CY (13)	2015-09-16	12 sem.	120 $
TAIC3004	01	Avancé	Mer. 13 h 30 à 15 h	CY (3)	2015-09-16	12 sem.	120 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAIC3001	51	Débutant	Lun. 10 h à 11 h 30	CY (13)	2016-01-18	12 sem.	120 $
TAIC3001	52	Débutant	Mer. 19 h 15 à 20 h 45	CY (13)	2016-01-20	12 sem.	120 $
TAIC3004	51	Avancé	Mer. 13 h 30 à 15 h	CY (13)	2016-01-20	12 sem.	120 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

YOGA CHINOIS, ÉGYPTIEN

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3010	01	Débutant	Mer. 12 h à 13 h 30	CY (6)	2015-09-16	12 sem.	120 $
YOGA3010	02	Intermédiaire	Mer. 13 h 45 à 15 h 15	CY (6)	2015-09-16	12 sem.	120 $
YOGA3010	03	Avancé	Mer. 17 h 30 à 19 h 15	CY (6)	2015-09-16	12 sem.	120 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3010	51	Débutant	Mer. 12 h à 13 h 30	CY (6)	2016-01-13	12 sem.	120 $
YOGA3010	52	Intermédiaire	Mer. 13 h 45 à 15 h 15	CY (6)	2016-01-13	12 sem.	120 $
YOGA3010	53	Avancé	Mer. 17 h 30 à 19 h 15	CY (6)	2016-01-13	12 sem.	120 $

YOGA DU SPORTIF

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3005	01	Adultes	Jeu. 12 h à 13 h	CY (14)	2015-10-01	10 sem.	120 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3005	51	Adultes	Jeu. 12 h à 13 h	CY (14)	2016-02-04	10 sem.	120 $

YOGA INTÉGRAL

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3011	01	Intermédiaire	Lun. 13 h 30 à 15 h	CY (2)	2015-09-14	12 sem.	120 $
YOGA3011	02	intermédiaire	Lun. 17 h 30 à 19 h	CY (2)	2015-09-14	12 sem.	120 $
YOGA3011	03	Multi-niveaux	Sam. 10 h 45 à 12 h 15	CY (2)	2015-09-19	12 sem.	120 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3011	51	Intermédiaire	Lun. 13 h 30 à 15 h	CY (2)	2016-01-18	12 sem.	120 $
YOGA3011	52	Intermédiaire	Lun. 17 h 30 à 19 h	CY (2)	2016-01-18	12 sem.	120 $
YOGA3011	53	Multiniveaux	Sam. 10 h 45 à 12 h 15	CY (2)	2016-01-23	12 sem.	120 $

YOGA NIDRA (AUTOMASSAGE)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3015	01	Adultes	Jeu. 19 h 15 à 20 h 45	CY (1)	2015-10-01	10 sem.	120 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3015	51	Adultes	Jeu. 19 h 15 à 20 h 45	CY (1)	2016-02-04	10 sem.	120 $

YOGA POUR ENFANTS

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3008	01	6 à 12 ans	Sam. 10 h 45 à 11 h 45	CY (4)	2015-09-19	8 sem.	80 $

YOGA RELAXATION

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
RELX3001	01	Adultes	Lun. 13 h 30 à 15 h	CY (4)	2015-09-14	12 sem.	120 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
RELX3001	51	Adultes	Lun. 13 h 30 à 15 h	CY (4)	2016-01-18	12 sem.	120 $

YOGA SUR CHAISE

- Pour les personnes à mobilité réduite et les aînés
- Activité en petits groupes

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3016	01	Adultes	Jeu. 13 h 30 à 15 h	CY (14)	2015-10-01	10 sem.	150 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3016	51	Adultes	Jeu. 13 h 30 à 15 h	CY (14)	2016-02-04	10 sem.	150 $

YOGA TAOÏSTE

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3006	01	Adultes	Sam. 9 h à 10 h 30	CY (9)	2015-09-19	12 sem.	120 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3006	51	Adultes	Sam. 9 h à 10 h 30	CY (9)	2016-01-23	12 sem.	120 $

ZUMBA GOLD

- Renseignements : Rest'Actif, 418 834-7312; www.restactif.ca
- Chèque libellé à l'ordre de Rest'Actif (le poster avec le formulaire dûment rempli à l'adresse suivante : 14, route Kennedy, Lévis G6V 6C2)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3014	01	50 ans et +	Jeu. 14 h 20 à 15 h 20	CCNB	2015-09-17	12 sem.	80 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3014	51	50 ans et +	Jeu. 14 h 20 à 15 h 20	CCNB	2016-01-21	12 sem.	80 $

Activités libres

BASE DE PLEIN AIR DE SAINTE-FOY (BPASF)

- Accès via l'autoroute Duplessis et la rue Laberge ou encore via l'autoroute Félix-Leclerc et la sortie Blaise-Pascal
- Renseignements : 418 641-6282

De la mi-décembre à la mi-mars, de 9 h à 16 h, la base de plein air propose un programme d'activités variées. L'entrée est libre.

ACTIVITÉS

- Randonnées pédestres et observation d'oiseaux
  - Un sentier de 2,2 km vous permet d'observer plusieurs espèces d'oiseaux. Des tables et des bancs le jalonnent.
- Glissade
- Raquette
  - Près de 2,5 km de piste dès que le couvert de neige est suffisant
- Ski de fond
  - Près de 5 km de piste dès que le couvert de neige est suffisant
- Trottinette des neiges

Coûts

- Accès aux sentiers de marche, aux pistes de raquette ainsi qu'aux glissoires de faible niveau : gratuit
- Accès aux pistes de ski de fond et location de l'équipement payant (ville.quebec.qc.ca)

ACTIVITÉS EN GROUPE DE 20 PERSONNES OU PLUS

- Les groupes de 20 personnes ou plus venant des milieux scolaire ou communautaire bénéficient d'un forfait.
- Du lundi au vendredi, moyennant 7 $ par jour par personne ou 5 $ par demi-journée par personne, il est possible de s'adonner à plusieurs activités telles que le ski de fond, la trottinette des neiges, la raquette et la glissade.
- Il faut résider à Québec, à L'Ancienne-Lorette ou à Saint-Augustin-de-Desmaures pour bénéficier de ce tarif.
- Les personnes ne résidant pas à Québec auront, quant à elles, à débourser 10,50 $ chacune pour une journée ou 7,50 $ chacune pour une demi-journée d'activités.
- Réservation : 418 641-6282, assc.bpa@ville.quebec.qc.ca

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

ACTIVITÉS SPÉCIALES

- Pour obtenir plus de renseignements, veuillez consulter la page de la base de plein air de Sainte-Foy sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca).
- Cardio plein air
  - www.cardiopleinair.ca
- Les Primitifs
  - www.lesprimitifs.com

BOISÉ DES COMPAGNONS-DE-CARTIER

État des pistes : 418 641-6300

L'Arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge offre, en collaboration avec la Commission de la capitale nationale du Québec, un accès gratuit à un magnifique sentier de ski de fond de 2 km. Il parcourt le boisé des Compagnons-de-Cartier. Les pistes ne sont pas surveillées. Soyez prudents!

L'entretien des pistes ne s'effectue qu'après d'importantes accumulations de neige.

Départ

Intersection du chemin des Quatre-Bourgeois et de l'avenue des Compagnons, derrière le Collège des Compagnons

CENTRE DE GLISSE MYRAND (CGM)

- Renseignements : 418 688-3046
- Réservation de groupe (nécessaire) : 418 641-6638 ou assc.reservation@ville.quebec.qc.ca
- Les enfants de 11 ans ou moins doivent obligatoirement être accompagnés d'un adulte quand ils sont au centre de glisse.
- Les couloirs sont enneigés artificiellement.
- Nouveautés
  - Activités spéciales
    - 19 décembre : ouverture du centre de glisse
    - 2 janvier : Journée au chaud!
    - Du 8 janvier au 4 mars : les Vendredis thématiques
    - 16 janvier : On swing en famille!
    - 25 janvier : soirée de patinage aux flambeaux
    - 30 janvier : À l'abordage!
    - 13 février : Une p'tite beurrée avant de glisser?
    - 22 février : soirée de patinage aux flambeaux
    - 27 février : La coulée chocolatée!
    - 2 mars : Journée au chaud!
    - 12 mars : La palette sucrée!
  - Couloirs de glisse de trois niveaux : débutant, intermédaire et avancé
  - Foyer extérieur

GLISSADE

Horaire

FÊTES (du 19 décembre au 4 janvier) RELÂCHE SCOLAIRE (du 29 février au 6 mars)		SAISON (du 5 janvier au 28 février)	FIN DE SAISON (7 au 27 mars)
GLISSOIRES			
Lundi, mardi, mercredi et jeudi	de 10 h à 17 h (jusqu'à 16 h les 24 et 31 décembre)	Fermé	Fermé
Vendredi	de 10 h à 21 h (fermées le 25 décembre et le 1er janvier)	de 13 h à 21 h	Fermé
Samedi	de 10 h à 21 h	de 10 h à 21 h	de 10 h à 19 h
Dimanche	de 10 h à 17 h	de 10 h à 17 h	de 10 h à 19 h

- débutant, vitesse approximative de 15 km/h
  - L'enfant doit être accompagné d'une personne de 15 ans ou plus lorsqu'il glisse.
- intermédiaire, vitesse approximative de 35 km/h
  - L'enfant pourrait devoir glisser en compagnie d'une personne de 15 ans ou plus si son comportement ou ses capacités le nécessitent.
- avancé, vitesse approximative de 50 km/h
  - L'enfant pourrait devoir glisser en compagnie d'une personne de 15 ans ou plus si son comportement ou ses capacités le nécessitent.
  - On doit mesurer 1,10 mètre ou plus pour avoir accès aux glissoires.

Accueil des groupes

- Un groupe doit être composé de 20 personnes ou plus.
- Il est possible de manger sur les lieux à certaines conditions.
- Il faut réserver 48 heures avant la date prévue de la visite.
- Les groupes peuvent réserver les plages horaires suivantes sauf pendant les fêtes et la relâche scolaire :
  - Mercredi, de 8 h 30 à 12 h 30 et de 12 h 30 à 16 h
  - Jeudi, de 8 h 30 à 12 h 30 et de 12 h 30 à 16 h
  - Vendredi, de 8 h 30 à 12 h 30 et de 12 h 30 à 16 h
  - Samedi, de 10 h à 21 h
  - Dimanche, de 10 h à 17 h

Coûts

- Les personnes résidant à l'extérieur de Québec doivent payer 50 % de plus que les prix indiqués.
- Les taxes, lorsqu'elles s'appliquent, sont incluses dans les tarifs.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

PATINAGE

- Patinoire avec bande
- Entrée libre

FÊTES (du 19 décembre au 4 janvier) RELÂCHE SCOLAIRE (du 29 février au 6 mars)		SAISON (du 5 janvier au 28 février)	FIN DE SAISON (7 au 27 mars)
Du lundi au vendredi	de 16 h 30 à 22 h	de 10 h à 22 h (ouverte jusqu'à 16 h les 24 et 31 décembre et fermée les 25 décembre et 1er janvier)	de 16 h 30 à 22 h
Samedi et dimanche	de 10 h à 22 h		de 10 h à 22 h

PISTES DE SKI DE FOND DE CAP-ROUGE

- Renseignements : 418 641-6300

Le réseau de ski de fond de Cap-Rouge compte une douzaine de kilomètres (de niveaux débutant et intermédiaire). Les pistes sont tracées en simple sur toute leur longueur. Elles ne sont pas surveillées. Soyez prudents! L'entrée et le stationnement sont gratuits.

Accueil, départ et stationnement

- Secteur du Golf, pistes nos 1, 2 et 3, club de golf de Cap-Rouge, 4600, rue Saint-Félix
- Secteur du Plateau, pistes nos 4, 5 et 6, chalet du parc du Plateau, 4575, rue de la Promenade-des-Sœurs

PARC DE LA PLAGE-JACQUES-CARTIER (PPJC)

- Renseignements : 418 641-6003; www.ville.quebec.qc.ca
- Possibilité de faire de la marche, d'observer les oiseaux, de relaxer et de s'entraîner, et ce, même en hiver
- Entrée libre
- Heures d'ouverture
  - Centre de services (3636, chemin de la Plage Jacques-Cartier)
    - Jusqu'au 30 août, de 8 h à 23 h
    - Du 31 août au 12 octobre, de 8 h à 21 h
    - Du 13 au 31 octobre, de 8 h à 18 h
  - Services sanitaires du secteur de Cap-Rouge (parc nautique)
    - Du 1er novembre au 1er mai, de 8 h à 18 h
- Accès au parc
  - Via le secteur de Cap-Rouge (4155, chemin de la Plage-Jacques-Cartier) toute l'année
  - Via le secteur de Sainte-Foy (3636, chemin du Pavillon), du 2 mai au 31 octobre
- Stationnement
  - Secteur de Cap-Rouge
    - sous le pont ferroviaire (en face du parc Jean-Déry)
    - au parc nautique de Cap-Rouge (PNCR)
    - au parc Provancher (PP)
    - près de l'église Saint-Félix de Cap-Rouge

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

- Secteur de Sainte-Foy (du 2 mai au 31 octobre)
  - 3636, chemin du Pavillon

- Circuit vitalité
  - Circuit d'entraînement physique axé sur l'utilisation du mobilier urbain du parc
  - Dix affiches illustrant les exercices pouvant être effectués et les étirements appropriés
  - Non déneigé l'hiver

PATINOIRES EXTÉRIEURES

ANNEAU GAÉTAN-BOUCHER (AGB)

- Renseignements : 418 641-6300

Le dimanche 8 novembre, si les conditions climatiques le permettent, les adeptes du patinage pourront entreprendre leur saison hivernale à l'anneau Gaétan-Boucher. L'anneau peut accueillir de nombreux patineurs, sa superficie étant de 12 m de largeur sur 400 m de longueur. La dernière journée de patinage devrait être le dimanche 6 mars.

- Services et équipements
  - système d'éclairage pour le patinage en soirée
  - système de sonorisation pour agrémenter les séances de patinage
  - salle d'accueil
  - salle de séjour pour les patineurs et les visiteurs
  - casse-croûte

Entrée libre

PATINAGE LIBRE*	
Lundi	12 h à 14 h 30 et 19 h à 22 h
Du mardi au vendredi	12 h à 15 h 30 et 19 h à 22 h
Samedi et dimanche	13 h à 16 h 30 et 19 h à 22 h

Séances annulées

- 13 novembre, de 19 h à 20 h
- 14 novembre, de 13 h à 16 h 30
- 15 novembre, de 13 h à 15 h
- 21 et 22 novembre, de 13 h à 16 h 30
- 27 novembre, de 12 h à 15 h 30
- 28 novembre, de 13 h à 16 h 30
- 29 novembre, de 13 h à 15 h
- 19 décembre, de 13 h à 16 h 30
- 6 et 7 février, de 13 h à 16 h 30
- 20 février, de 13 h à 16 h 30

*D'autres annulations pourraient s'ajouter en raison de compétitions ou de mauvaises conditions climatiques. Il est donc préférable d'appeler avant de vous déplacer pour connaître les dates où l'anneau n'est pas accessible au grand public.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

PATINOIRES DE QUARTIER

- Renseignements généraux : 418 641-6300 (messages enregistrés)
- Réservation : 418 641-6638

Chacun des quartiers de l'arrondissement a sa patinoire extérieure. L'entrée est libre.

PATINAGE LIBRE*	
Du lundi au vendredi	16 h à 22 h
Samedi et dimanche	10 h à 22 h

*Ces heures peuvent changer.

Des périodes sont aussi réservées au hockey libre. L'horaire est affiché dans chacun des centres de services. Notez qu'il est possible de louer une patinoire en dehors de ces heures.

Adresses et numéros de téléphone

Le surveillant peut se trouver à l'extérieur au moment de votre appel.

- Centre de glisse Myrand, 2150, avenue Chapdelaine (une patinoire avec bande) 418 688-3046
- Parc de Bélair, 3110, avenue Notre-Dame (une patinoire avec bande) 418 877-2142
- Parc Claude-Germain, 200, rue Huot (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 877-6832
- Parc de la Chaudière, 961, boulevard de la Chaudière (une patinoire avec bande)
- Parc de la Falaise, 1615, côte à Gignac (une patinoire avec bande) 418 684-2132
- Parc des Écores, 4001, rue Charles-A.-Roy (une patinoire sans bande) 418 650-7778
- Parc des Primevères, 1459, rue Félix-Antoine-Savard (une patinoire avec bande et un petit anneau de glace) 418 877-2201
- Parc des Sources, 1140, rue du Capitaine-Bernier (une patinoire avec bande et un anneau de glace) 418 877-2577
- Parc des Trois-Saisons, 1405, rue Buffon (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 877-2187
- Parc Du Buisson, 2140, rue Marie-Victorin (un anneau de glace) 418 684-2129
- Parc du Plateau, 4575, rue de la Promenade-des-Sœurs (une patinoire avec bande et un anneau de glace) 418 650-7783
- Parc Fénelon, 1260, rue Fénelon (une patinoire avec bande) 418 877-2169
- Parc Le May, 1455, rue Le May (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 877-6375
- Parc Notre-Dame-de-Foy, 771, rue Jacques-Berthiaume (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 654-4287
- Parc Provancher, 4170, rue Michel-Hervé (une patinoire avec bande) 418 650-7775
- Parc Raymond-De Rosa, 3224, rue Armand-Hamelin (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 654-4088
- Parc Ross, 1290, avenue Ernest-Lavigne (une patinoire avec bande) 418 684-2133
- Parc Saint-Ange, 1545, rang Saint-Ange (une patinoire avec bande) 418 877-2154

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

- Parc Saint-Benoît, 3454, rue Rochambeau (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 654-4305
- Parc Saint-Charles-Garnier, 1730, rue Sheppard (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 684-2181
- Parc Saint-Denys, 2770, rue de la Picardie (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 654-4302
- Parc Sainte-Geneviève, 3200, avenue D'Amours (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 641-6301, poste 4078
- Parc Saint-Jean-Baptiste-De La Salle, 2608, rue Biencourt (une patinoire avec bande) 418 654-4687
- Parc Saint-Louis-de-France, 1591, rue du Sieur-D'Argenteuil (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 654-4668
- Parc Saint-Mathieu, 1000, rue de Bar-le-Duc (une patinoire avec bande) 418 654-4304
- Parc Saint-Yves, 2530, rue Anthony-Law (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 654-4290

PATINOIRES INTÉRIEURES

- Renseignements : 418 641-6300 (messages enregistrés)

ARÉNA JACQUES-CÔTÉ (AJC)

PATINAGE LIBRE

- Horaire : du 26 septembre au 9 avril, de 14 h 30 à 15 h 50
- Séances des 26 décembre, 2, 9, 30 janvier et 19 mars annulées
- Entrée libre

CENTRE SPORTIF DE SAINTE-FOY (PATINOIRE ROLAND-COUILLARD) (CSSF)

PATINAGE LIBRE

- Horaire habituel* : du 20 septembre au 20 décembre et du 2 janvier au 10 avril
  - Du lundi au vendredi, de 13 h 15 à 14 h 45
  - Dimanche, de 13 h 30 à 15 h
- Horaire du temps des Fêtes (du 21 décembre au 1er janvier)
  - Du lundi au vendredi, de 10 h à 11 h 30 pour les familles
  - Du lundi au vendredi de 13 h 15 à 14 h 45 pour les adultes seulement

*L'horaire peut varier en fonction des disponibilités offertes par la commission scolaire des Découvreurs.

- Séances annulées
  - 4 et 6 décembre
  - 7, 8, 10, 29 et 31 janvier
  - 20 mars
- Entrée libre

ATTENTION!

La Régie de la sécurité dans les sports du Québec recommande aux adeptes du patinage libre de porter le casque protecteur ainsi que le protège-cou quand ils pratiquent ce sport.

SENTIERS DE MARCHE

BASE DE PLEIN AIR DE SAINTE-FOY (BPASF)

- Renseignements : 418 641-6282; www.ville.quebec.qc.ca
- 3180, rue Laberge, accès via l'autoroute Duplessis et la rue Laberge ou via l'autoroute Félix-Leclerc, puis la sortie Blaise-Pascal
- Praticable toute l'année
- Niveau débutant

PARC DE LA PLAGE JACQUES-CARTIER (PPJC)

- Renseignements : 418 641-6300; www.ville.quebec.qc.ca
- 3636, chemin du Pavillon
- Praticable toute l'année
- 2,8 km, voir page 84 pour plus de renseignements
- Niveau débutant

SENTIERS DE LA RIVIÈRE DU CAP ROUGE

- Renseignements : www.cbrcr.org ; www.ville.quebec.qc.ca
- Du secteur de Champigny au parc nautique de Cap-Rouge, le long de la rivière du Cap Rouge
- Niveau débutant, 7 km, présence de surveillants l'été
- Praticable toute l'année

PARC DU BOIS-DE-COULONGE

- Renseignements : www.capitale.gouv.qc.ca
- 1215, Grande Allée Ouest
- Praticable tous les jours de 6 h à 23 h
- Niveau débutant

Activités artistiques, culturelles et communautaires

AIDE AUX JEUNES ARTISTES (Activités de la Fondation d')

La Fondation d'aide aux jeunes artistes est un organisme sans but lucratif dont l'objectif est d'encourager l'excellence chez les jeunes artistes non professionnels de l'arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge. La fondation offre un appui financier pour les aider à poursuivre leur formation et à acquérir une reconnaissance sur les plans local, régional, provincial ou national.

Le conseil d'administration octroie des bourses une fois par année, en avril.

Pour être admissible, l'artiste doit :

- résider dans l'arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge depuis au moins deux ans;
- avoir 25 ans ou moins à la date de la remise de la candidature;
- remettre à la fondation, dans les délais indiqués, le formulaire de demande de bourses dûment rempli;
- remettre un curriculum vitae résumant son expérience et ses compétences dans le domaine artistique.

Les formulaires se trouvent au centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR) et sur la page Facebook de la fondation (www.facebook.com/aideartistes).

ALLEMAND (Conversation)

DSQ ÉCOLE ALLEMANDE DE QUÉBEC

- Renseignements : 418 687-6601; www.ecolesallemandes.org/quebec
- Inscription : sur place, les 12 septembre et 16 janvier, ou sur le site Internet de l'école un mois avant le début des cours
- Chèque libellé à l'ordre de DSQ école allemande de Québec

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3026	01	Adultes, étudiants	Sam. 9 h 30 à 12 h	CCNB	2015-09-19	15 sem.	245 $ 205 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3026	51	Adultes, étudiants	Sam. 9 h 30 à 12 h	CCNB	2016-01-23	15 sem.	245 $ 205 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

AQUARELLE, HUILE ET ACRYLIQUE

LES ATELIERS T. PACHECO

- Renseignements et inscription : Teresa Pacheco, 418 651-8140; t.pacheco.roy@videotron.ca
- Chèque libellé à l'ordre de Teresa Pacheco et déposé au centre communautaire Noël-Brulart (CCNB)
- Coût du matériel en sus

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3006	01	Débutant et initié	Mar. 13 h à 16 h	CCNB	2015-09-08	14 sem.	252 $
PEIN3006	02	Débutant et initié	Mer. 19 h à 22 h	CCNB	2015-09-09	14 sem.	252 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3006	51	Débutant et initié	Mar. 13 h à 16 h	CCNB	2016-01-05	10 sem.	180 $
PEIN3006	52	Débutant et initié	Mer. 19 h à 22 h	CCNB	2016-01-06	10 sem.	180 $

ATELIER D'AQUARELLE DE QUÉBEC (Activités de l')

- Responsable : Pierre Julien, info.aaq@videotron.qc.ca; www.atelieraquarellequebec.org; Facebook : https://www.facebook.com/AtelierAquarelleQuebec
- Inscription : sur le site Internet de la ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (31, chemin de la Seigneurie, Lac-Beauport G3B 0N2)
- Chèque libellé à l'ordre de l'Atelier d'aquarelle de Québec
- Programmation complète sur le site Internet de l'Atelier
- Adhésion valable 1 an, du 1er septembre au 31 août

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3014	01	Tous	Sur le site Internet	2015-09-01	52 sem.	40 $/membre 25 $/conjoint

ARTS TEXTILES

ARTISANES AU FIL DU TEMPS (Activités des)

- Renseignements : 418 641-6413, poste 3877; lesartisanesaufildutemps@gmail.com; www.lesartisanesaufildutemps.com
- Activités socioculturelles et artisanales : ateliers, cours, conférences et sorties
- Début des activités : 8 septembre à 19 h 30
- Rencontre mensuelle : le 2e mardi du mois, à la « salle du conseil » du centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)
- Adhésion : 20 $ par an

MAISON ROUTHIER, CENTRE D'ARTS TEXTILES (Activités de la)

- Renseignements : 418 654-4296; info@lamaisonrouthier.com
- Inscription : sur place de 10 h à 16 h, de septembre à mai, ou par la poste
- Chèque libellé à l'ordre de la maison Routhier
- Journées portes ouvertes les 12 et 13 septembre, de 13 h à 17 h
- Expo-vente de Noël les 28, 29 et 30 novembre, de 13 h à 17 h
- Exposition des membres les 29 et 30 avril et le 1er mai, de 13 h à 16 h 30, à la bibliothèque Charles-H.-Blais (BCHB)
- Ateliers-rencontres sur le tissage, le feutrage, le tricot, le fléché et les couleurs adaptées aux textiles à compter de septembre

BOUTIS (Piqûre de Marseille et reliefs)

- Responsable : Marguerite Bourassa

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Mar. 13 h à 16 h	CCCA	2015-09-15	6 sem.	100 $
Adultes, débutant	Mar. 18 h 30 à 21 h 30	CCCA	2015-09-15	6 sem.	100 $

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, perfectionnement	Mar. 13 h à 16 h	CCCA	2016-01-12	6 sem.	100 $
Adultes, perfectionnement	Mar. 18 h 30 à 21 h 30	CCCA	2016-01-12	6 sem.	100 $

BRODERIE POINT DE CROIX (et ses dérivés)

- Responsable : Cécile Beauchemin
- Cours du 12 octobre annulé

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Lun. 13 h à 16 h	CCCA	2015-09-21	10 cours	125 $

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Lun. 13 h à 16 h	CCCA	2016-01-11	10 cours	125 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

BRODERIE *HARDANGER* (Norvégienne)

- Responsable : Cécile Beauchemin

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Mar. 9 h à 12 h	CCCA	2015-09-22	10 sem.	125 $
Adultes, débutant à avancé	Sam. 9 h à 17 h (groupe A)	CCCA CCCA CCCA CCCA	2015-09-19 2015-10-17 2015-11-07 2015-12-05	4 cours	125 $
Adultes, débutant à avancé	Sam. 9 h à 17 h (groupe B)	CCCA CCCA CCCA CCCA	2015-09-26 2015-10-24 2015-11-14 2015-12-12	4 cours	125 $

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Mar. 9 h à 12 h	CCCA	2016-01-12	10 sem.	125 $
Adultes, débutant à avancé	Sam. 9 h à 17 h (groupe A)	CCCA CCCA CCCA CCCA	2016-01-09 2016-01-30 2016-02-20 2016-03-12	4 cours	125 $
Adultes, débutant à avancé	Sam. 9 h à 17 h (groupe B)	CCCA CCCA CCCA CCCA	2016-01-16 2016-02-06 2016-02-27 2016-03-19	4 cours	125 $

BRODERIE MULTICOLORE

- Responsable : Cécile Beauchemin
- Points variés

AUTOMNE

- Cours des 14 octobre, 11 novembre et 9 décembre annulés

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Mer. 19 h à 22 h	CCCA	2015-09-23	10 sem.	125 $

HIVER

- Cours des 10 février et 9 mars annulés

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Mer. 19 h à 22 h	CCCA	2016-01-20	10 sem.	125 $

BRODERIE DE FINITION

- Responsable : Cécile Beauchemin
- Rivières à jours, etc.

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Sam. 9 h à 17 h	CCCA CCCA CCCA CCCA	2015-10-03 2015-10-31 2015-11-21 2015-12-19	4 cours	125 $

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Sam. 9 h à 17 h	CCCA CCCA CCCA CCCA	2016-01-23 2016-02-13 2016-03-05 2016-04-02	4 cours	125 $

CHAPELLERIE

- Responsable : Mireille Racine
- Moulage, feutre et paille

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Sam. ou dim. 9 h à 17 h	MR MR MR	2016-03-12 2016-03-13 2016-04-03	3 cours	135 $

COULEUR

- Responsable : Antoinette Roy
- Démystifier les rayures

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes	Mar., mer. 9 h à 16 h	CCCA	2015-10-27 2015-10-28	2 cours	65 $
Adultes	Sam., dim. 9 h à 16 h	CCCA	2015-11-07 2015-11-08	2 cours	65 $

COURTEPOINTE

- Responsable : Carmen Lefebvre
- Fabrication d'une grande courtepointe

AUTOMNE ET HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Dim. 9 h à 17 h	MR	2015-09-27	8 cours	250 $
		MR	2015-10-25		
		MR	2015-11-22		
		MR	2015-12-06		
		MR	2016-01-10		
		MR	2016-01-31		
		MR	2016-02-21		
		MR	2016-03-20		

COURTEPOINTE (Petites pièces I)

- Responsable : Jocelyne Forget

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Dim. 9 h à 17 h	MR	2015-09-20	4 cours	125 $
		MR	2015-10-18		
		MR	2015-11-08		
		MR	2015-12-13		

COURTEPOINTE (Petites pièces II)

- Responsable : Jocelyne Forget
- Préalable : Cours Petites pièces 1

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Dim. 9 h à 17 h	MR	2016-01-17	4 cours	125 $
		MR	2016-02-07		
		MR	2016-03-06		
		MR	2016-04-17		

COURTEPOINTE (Techniques variées I)

- Responsable : Carmen Lefebvre
- Préalable : Cours Petites pièces I ou II

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, avancé	Sam. 9 h à 17 h	MR	2015-08-29	4 cours	125 $
		MR	2015-09-26		
		MR	2015-10-24		
		MR	2015-11-21		

COURTEPOINTE (Techniques variées II)

- Responsable : Carmen Lefebvre
- Préalable : Cours Petites pièces I ou II

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, avancé	Sam. 9 h à 17 h	MR MR MR MR	2016-01-09 2016-01-30 2016-02-20 2016-03-19	4 cours	125 $

COUTURE

- Responsables : Monique Boutin (1) et Suzanne Bolduc (2)

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé (1)	Lun. 19 h à 22 h	MR	2015-09-14	10 sem.	125 $
Adolescents, débutant (1)	Mar. 18 h 30 à 21 h 30	MR	2015-09-15	10 sem.	125 $
Adultes, débutant à avancé (2)	Mer. 13 h à 16 h	MR	2015-09-16	10 sem.	125 $
Adultes, débutant à avancé (2)	Jeu. 13 h à 16 h	MR	2015-09-17	10 sem.	125 $
Adultes, débutant à avancé (2)	Jeu. 19 h à 22 h	MR	2015-09-17	10 sem.	125 $

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé (1)	Lun. 19 h à 22 h	MR	2016-01-11	10 sem.	125 $
Adolescents, débutant (1)	Mar. 18 h 30 à 21 h 30	MR	2016-01-12	10 sem.	125 $
Adultes, débutant à avancé (2)	Mer. 13 h à 16 h	MR	2016-01-13	10 sem.	125 $
Adultes, débutant à avancé (2)	Jeu. 13 h à 16 h	MR	2016-01-14	10 sem.	125 $
Adultes, débutant à avancé (2)	Jeu. 19 h à 22 h	MR	2016-01-14	10 sem.	125 $

FEUTRE

- Responsable : Lucie Gingras

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Sam. 9 h à 17 h	MR MR MR MR	2015-10-03 2015-10-17 2015-10-31 2015-11-14	4 cours	125 $

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, intermédiaire et avancé	Sam. 9 h à 17 h	MR MR MR MR	2016-01-23 2016-02-06 2016-02-20 2016-03-05	4 cours	125 $

FILAGE

- Responsable : Corinne Milan
- Initiation au filage

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Sam. 9 h à 16 h	MR MR	2015-10-10 2015-11-07	2 cours	65 $

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Sam. 9 h à 16 h	MR MR	2016-02-13 2016-03-12	2 cours	65 $

FLÉCHÉ

- Responsables : Yvette Michelin (1) et Lucie Gingras (2)

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, niveau I (1)	Mer. 9 h 15 à 11 h 45	MR	2015-09-15	10 sem.	160 $
Adultes, niveau I (1)	Mer. 19 h à 21 h 30	MR	2015-09-16	10 sem.	160 $
Adultes, niveau II (2)	Mer. 9 h 15 à 11 h 45	MR	2015-09-16	10 sem.	160 $
Adultes, niveau III (1)	Lun. 19 h à 21 h 30	MR	2015-09-14	10 sem.	160 $
Adultes, niveau III (1)	Mer. 9 h 15 à 11 h 45	MR	2015-09-16	10 sem.	160 $

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, niveau I (1)	Mer. 9 h 15 à 11 h 45	MR	2016-02-23	10 sem.	160 $
Adultes, niveau I (1)	Mer. 19 h à 21 h 30	MR	2016-02-24	10 sem.	160 $
Adultes, niveau II (2)	Mer. 9 h 15 à 11 h 45	MR	2016-02-24	10 sem.	160 $
Adultes, niveau III (1)	Lun. 19 h à 21 h 30	MR	2016-02-22	10 sem.	160 $
Adultes, niveau III (1)	Mer. 9 h 15 à 11 h 45	MR	2016-02-24	10 sem.	160 $

FRIVOLITÉ À LA NAVETTE

- Responsable : Cécile Beauchemin

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Dim. 9 h à 17 h	MR MR MR MR	2015-10-04 2015-11-01 2015-11-22 2015-12-13	4 cours	125 $

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Dim. 9 h à 17 h	MR MR MR MR	2016-01-10 2016-01-31 2016-02-21 2016-03-13	4 cours	125 $

TISSAGE

- Responsable : Rachel-Anne Bédard
- Cours d'initiation au tissage

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Sam. 9 h à 16 h	CCCA CCCA CCCA CCCA	2015-10-03 2015-10-17 2015-10-31 2015-11-14	4 cours	150 $

TISSAGE (Armures de base)

- Responsable : Rachel-Anne Bédard
- Préalable : Tissage (initiation au)

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Sam. 9 h à 16 h	CCCA CCCA CCCA CCCA	2016-01-30 2016-02-13 2016-02-27 2016-03-12	4 cours	150 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

TISSAGE (Logiciel *Fiberworks*)

- Responsable : Marguerite Gingras
- Dates du début des cours à déterminer avec les élèves

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes	Ven. ou sam. 13 h 30 à 16 h 30	MR	Automne ou hiver	3 cours	75 $

TRICOT AUX AIGUILLES

- Responsables : Corinne Milan (1) et Chantal Boissinot (2)

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé (1)	Lun. 19 h à 22 h	MR	2015-09-14	10 sem.	125 $
Adultes, débutant à avancé (2)	Mar. 9 h à 12 h	MR	2015-09-08	12 sem.	150 $
Adultes, débutant à avancé (2)	Mar. 13 h à 16 h	MR	2015-09-08	12 sem.	150 $
Adultes, débutant à avancé (2)	Mer. 13 h à 16 h	MR	2015-09-09	12 sem.	150 $
Adultes, débutant à avancé (2)	Jeu. 9 h à 12 h	MR	2015-09-10	12 sem.	150 $
Adultes, débutant à avancé (2)	Jeu. 13 h à 16 h	MR	2015-09-10	12 sem.	150 $

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé (1)	Lun. 19 h à 22 h	MR	2016-01-11	10 sem.	125 $
Adultes, débutant à avancé (2)	Mar. 9 h à 12 h	MR	2016-01-12	10 sem.	125 $
Adultes, débutant à avancé (2)	Mar. 13 h à 16 h	MR	2016-01-12	10 sem.	125 $
Adultes, débutant à avancé (2)	Mer. 13 h à 16 h	MR	2016-01-13	10 sem.	125 $
Adultes, débutant à avancé (2)	Jeu. 9 h à 12 h	MR	2016-01-14	10 sem.	125 $
Adultes, débutant à avancé (2)	Jeu. 13 h à 16 h	MR	2016-01-14	10 sem.	125 $

TRICOT AU CROCHET

- Responsable : Lisette Gosselin

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Lun. 13 h à 16 h	MR	2015-09-14	10 sem.	125 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

HIVER

- L'activité a lieu aux deux semaines.

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Lun. 13 h à 16 h	MR	2016-01-11	5 sem.	65 $

ATELIERS ET GROUPES D'ÉTUDE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Atelier libre (feutre) (préalable : cours feutre débutant)	Vendredi aux deux semaines (sauf en déc. et en mars) 9 h 15 à 16 h 30	MR	2015-09-25	Toute l'année	75 $
Atelier libre (tricot)	Lun. 13 h à 16 h (sauf 12, 19 oct., 9 et 30 nov.,11 jan., 8 fév., 14, 28 mars et 11 avril)	MR	2015-09-21	Toute l'année	60 $
Atelier libre (tricot)	Mar. 13 h à 16 h	MR	2015-09-22	Toute l'année	75 $
Atelier pratique (fléché) (pratique et dépannage) Préalable : minimum 3 sessions d'apprentissage	Lun. 19 h à 21 h 30	MR	2015-09-14 2016-02-22	10 ateliers 10 ateliers	80 $ 80 $
Groupe d'étude en tissage (avancé)	2e ou 3e lundi du mois 9 h 30 à 14 h 30	MR	2015-09-14 2015-10-19 2015-11-09 2015-12-14 2016-01-11 2016-02-08 2016-03-14 2016-04-11 2016-05-09 2016-06-13	10 ateliers	30 $
Groupe d'étude en tissage (4 lames)	3e jeudi du mois 13 h 30 à 16 h	CCCA	2015-09-17 2015-10-15 2015-11-19 2015-12-17 2016-01-21 2016-02-18 2016-03-17 2016-04-21 2016-05-19 2016-06-16	10 ateliers	30 $
Groupe d'étude sur la couleur Préalable : démystifier le cercle chromatique	1er lundi du mois 9 h 30 à 15 h 30	CCCA	2015-10-05 2015-11-02 2015-12-07 2016-02-01 2016-03-07 2016-04-04 2016-05-02	7 ateliers	30 $
Rencontres des flécherands Préalable : avoir complété les 3 niveaux d'apprentissage	Selon la demande et la disponibilité (renseignements : 418 653-4865)	CCCA			

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

ASSOCIATION DE JUMELAGE DE CAP-ROUGE–SAINT-AUGUSTIN (Activités de l')

- Renseignements et inscription : Héléna C. Bernier, 418 914-7125; Jacques Drolet, 418 878-3655; www.jumelagecaprougestaugustin.org; ajcrsa@gmail.com
- Jumelage entre Québécois et Français ou Guadeloupéens et échanges culturels : hébergement, déjeuner, souper fournis par l'hôte et, à l'occasion, le lunch
- Activités et visites organisées
- Souper de homard en mai, souper de l'automne en octobre et petit-déjeuner en janvier
- Jumelage en France, avec La Ferté Saint-Aubin, au cours de l'été 2016
- Droits d'adhésion : 15 $ résidants de Québec et de Saint-Augustin-de-Desmaures

ASTRONOMIE

CLUB D'ASTRONOMIE CASSIOPÉE (Activités du)

(Membre de la Fédération des astronomes amateurs du Québec et des Amis de la corporation de l'observatoire du mont Cosmos)

- Renseignements : Hélène Gamache, 418 653-8789; helenegam@yahoo.ca; casinfo@yahoo.com; www.clubcassiopee.org
- Activités : conférences, ateliers et formation, observations astronomiques, voyages, etc.
- Dates des rencontres : www.clubcassiopee.org ou 418 653-8789
- Endroit : centre communautaire Noël-Brulart (CCNB)
- Horaire : généralement à 19 h 30
- Possibilité offerte aux membres d'emprunter des instruments d'observation
- Coûts d'adhésion annuels :
  - adultes : 28 $
  - 17 ans et moins : 20 $
  - familles (deux adultes et deux enfants de 13 ans ou moins) : 56 $
  - non-membres : 4 $ par rencontre

CLUB D'ASTRONOMIE VÉGA (Activités du)

- Renseignements : vegacrqc@hotmail.com; www.faaq.org/clubs/vega
- Responsable : Philippe Moussette
- Objectif : vulgariser les concepts et les techniques liés à l'astronomie
- Télescopes à la disposition des membres
- Activités : présentation du ciel du mois, observation, ateliers et conférences
- Rencontres : 2e mercredi du mois (excepté en juillet et en août)
- Endroit : centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)

Section jeunesse (5 ans ou plus)

- Objectif : vulgariser l'astronomie auprès des jeunes
- Activités : présentation du ciel du mois, observation, ateliers et conférences
- Télescopes à la disposition des membres
- Rencontres mensuelles : le samedi, de 10 h à 12 h, après la réunion ordinaire (excepté en juillet et en août)
- Endroit : centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)
- Coûts d'adhésion annuels :
  - adultes : 15 $
  - 17 ans et moins : 7 $
  - familles (deux adultes et deux enfants de 13 ans ou moins) : 30 $
  - familles monoparentales : 20 $

ATELIERS PRÉSCOLAIRES

PETITS COPAINS (Activités des)

- Responsable : Ressource Espace Familles; Gwendoline Ethève, 418 681-9740, communication@refamilles.ca
- Inscription : sur le site Internet de la ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Porte ouverte le 5 septembre, de 9 h 30 à 11 h 30
- Enfants présents de 8 h à 12 h 30 ou de 8 h à 17 h : apporter son dîner

AUTOMNE

- Avoir de 3 à 5 ans (l'enfant doit être propre)
- Atelier du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACEN3800	01	Préscolaire	Lun. 8 h à 12 h 30	CCCR	2015-09-14	12 sem.	180 $
ACEN3800	02	Préscolaire	Lun. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2015-09-14	12 sem.	180 $
ACEN3800	03	Préscolaire	Mar. 8 h à 12 h 30	CCCR	2015-09-08	14 sem.	210 $
ACEN3800	04	Préscolaire	Mar. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2015-09-08	14 sem.	210 $
ACEN3800	05	Préscolaire	Mer. 8 h à 12 h 30	CCCR	2015-09-09	14 sem.	210 $
ACEN3800	06	Préscolaire	Mer. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2015-09-09	14 sem.	210 $
ACEN3800	07	Préscolaire	Jeu. 8 h à 12 h 30	CCCR	2015-09-10	14 sem.	210 $
ACEN3800	08	Préscolaire	Jeu. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2015-09-10	14 sem.	210 $
ACEN3800	09	Préscolaire	Ven. 8 h à 12 h 30	CCCR	2015-09-11	14 sem.	210 $
ACEN3800	10	Préscolaire	Ven. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2015-09-11	14 sem.	210 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

HIVER

- Avoir de 3 à 5 ans
- Relâche du 29 février au 4 mars (congé scolaire), les 25 et 28 mars (Pâques) et le 23 mai (journée nationale des patriotes)

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACEN3800	51	Préscolaire	Lun. 8 h à 12 h 30	CCCR	2016-01-11	20 sem.	300 $
ACEN3800	52	Préscolaire	Lun. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2016-01-11	20 sem.	300 $
ACEN3800	53	Préscolaire	Mar. 8 h à 12 h 30	CCCR	2016-01-12	22 sem.	330 $
ACEN3800	54	Préscolaire	Mar. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2016-01-12	22 sem.	330 $
ACEN3800	55	Préscolaire	Mer. 8 h à 12 h 30	CCCR	2016-01-13	22 sem.	330 $
ACEN3800	56	Préscolaire	Mer. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2016-01-13	22 sem.	330 $
ACEN3800	57	Préscolaire	Jeu. 8 h à 12 h 30	CCCR	2016-01-14	22 sem.	330 $
ACEN3800	58	Préscolaire	Jeu. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2016-01-14	22 sem.	330 $
ACEN3800	59	Préscolaire	Ven. 8 h à 12 h 30	CCCR	2016-01-15	21 sem.	315 $
ACEN3800	60	Préscolaire	Ven. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2016-01-15	21 sem.	315 $

BRIDGE

ÉCOLE DE BRIDGE PICATOU (Activités de l')

- Renseignements et inscription : Claire Grégoire, 418 872-2694; picatou@picatou.com; www.picatou.com
- Chèque libellé à l'ordre de Claire Grégoire
- Coûts indiqués : couvrent le prix des notes et du matériel d'appoint

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BRID3002	01	Débutant, rudiments	Lun. 13 h à 15 h 30	CCNB	2015-09-14	8 sem.	110 $
BRID3002	02	Avancé (SAYC-1)	Mar. 13 h à 15 h 30	CCNB	2015-09-15	5 sem.	80 $
BRID3003	01	Intermédiaire, réussir son contrat	Mer. 13 h à 15 h 30	CCNB	2015-09-16	8 sem.	110 $
BRID3002	03	Avancé, défense	Jeu. 13 h à 15 h 30	CCNB	2015-09-17	8 sem.	110 $
BRID3006	01	Duplicata	Ven. 13 h à 15 h 30	CCNB	2015-09-18	10 sem.	6 $/fois

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BRID3002	51	Débutant, rudiments	Lun. 13 h à 15 h 30	CCNB	2016-01-25	8 sem.	110 $
BRID3002	52	Avancé (SAYC-1)	Mar. 13 h à 15 h 30	CCNB	2016-01-26	5 sem.	80 $
BRID3003	51	Intermédiaire, réussir son contrat	Mer. 13 h à 15 h 30	CCNB	2016-01-27	8 sem.	110 $

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BRID3002	53	Avancé, défense	Jeu. 13 h à 15 h 30	CCNB	2016-01-28	8 sem.	110 $
BRID3006	51	Duplicata	Ven. 13 h à 15 h 30	CCNB	2016-01-29	10 sem.	6 $/fois

DENTELLE ET BRODERIE

GUILDE DES DENTELLIÈRES ET DES BRODEUSES INC. (Activités de la)

- Renseignements et inscription : Annie Cloutier, 418 683-0514; guilde.dentellieres.brodeuses@hotmail.com
- Cours offerts selon la demande : dentelle aux fuseaux, broderie, frivolité
- Deux sessions : en septembre et en janvier
- Réunions mensuelles : 12 septembre, 3 octobre, 7 novembre, 5 décembre, 16 janvier, 6 février, 5 mars, 2 avril, 7 mai et 4 juin
- Horaire : de 9 h 30 à 16 h
- Endroit : centre communautaire Noël-Brulart (CCNB)
- Coûts
  - Adhésion auprès de la Guilde : 25 $ par année
  - Cours : prix fixé en fonction du nombre d'heures nécessaires à l'acquisition de la technique
- Bibliothèque et matériel spécialisé mis à la disposition des membres

MOUVEMENT D'ANIMATION ARTISTIQUE DE CAP-ROUGE (Activités du)

- Renseignements et inscription : 418 641-6301 poste 7327; maacr@outlook.com; www.maacr.org
- Cours intensifs seulement (sur le site Internet de l'école [www.maacr.org])
- Cours offerts aux enfants, aux adolescents et aux adultes (petits groupes)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou sur celui de l'école (www.maacr.org), par téléphone ou par la poste
- Coût du matériel non compris dans les droits d'inscription à l'exception des cours pour enfants
- Modes de paiement : par carte de crédit (site Internet de la Ville), par chèque libellé à l'ordre de M. A. A. C. R. ou auprès de l'école

ABC DE LA COULEUR

- Professeure : Michèle Lefebvre
- Cours s'adressant à des personnes ayant une expérience avec l'utilisation de la couleur en art visuel
- Conception et réalisation d'œuvres comportant l'utilisation des couleurs primaires, du blanc et du noir
- Découverte du cercle chromatique
- Création d'une charte de couleurs

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3803	01	Tous les niveaux	Lun. 13 h à 16 h	CCCR	2015-09-14	11 sem.	255,75 $

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3803	51	Tous les niveaux	Lun. 13 h à 16 h	CCCR	2016-01-18	11 sem.	255,75 $

AQUARELLE

- Apprentissage de la transformation du sujet et des techniques de l'aquarelle
- Professeure : Noriko Imaï Sca (niveau intermédiaire); Karine Bérubé (niveau débutant)

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AAQL3801	01	Intermédiaire	Jeu. 13 h à 16 h	CCCR	2015-09-17	12 sem.	279 $
AAQL3801	03	Débutant	Mer. 19 h à 21 h	CCCR	2015-09-16	12 sem.	186 $
AAQL3801	04	Débutant	Ven. 13 h à 16 h	CCCR	2015-09-18	12 sem.	279 $

HIVER

- Cours des 25 et 28 mars annulés

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AAQL3801	51	Intermédiaire	Jeu. 13 h à 16 h	CCCR	2016-01-21	12 sem.	279 $
AAQL3801	53	Débutant	Mer. 19 h à 21 h	CCCR	2016-01-20	12 sem.	186 $
AAQL3801	54	Débutant	Ven. 13 h à 16 h	CCCR	2016-01-22	11 sem.	255,75 $

AQUAMIXTE

- Expérimentation de la création et de la transformation, utilisation de techniques mixtes avec le médium de l'eau sur papier
- Découverte de son côté artistique, aide à la création
- Médiums utilisés : aquarelle, pastel, acrylique, gouache, encre, pigments naturels
- Préalable : maîrise des techniques de base de l'aquarelle
- Professeure : Noriko Imaï Sca

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ARTI3801	01	Tous	Mar. 13 h à 16 h	CCCR	2015-09-15	12 sem.	279 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ARTI3801	51	Tous	Mar. 13 h à 16 h	CCCR	2016-01-19	12 sem.	279 $

ATELIERS ARTISTIQUES

- Familiarisation avec les techniques artistiques (dessin, peinture et sculpture)
- Expérimentation liée aux différentes formes d'art
- Coût du matériel inclus dans celui de l'activité
- Professeure : Roxanne Saint-Cyr

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ARTI3802	01	6 à 8 ans	Sam. 8 h 30 à 10 h 30	CLSA	2015-09-19	12 sem.	176,40 $
ARTI3802	02	6 à 8 ans	Sam. 10 h 30 à 12 h 30	CLSA	2015-09-19	12 sem.	176,40 $
ARTI3802	03	9 à 12 ans	Sam. 13 h 30 à 15 h 30	CLSA	2015-09-19	12 sem.	176,40 $

HIVER

- Cours du 26 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ARTI3802	51	6 à 8 ans	Sam. 8 h 30 à 10 h 30	CLSA	2016-01-23	11 sem.	161,70 $
ARTI3802	52	6 à 8 ans	Sam. 10 h 30 à 12 h 30	CLSA	2016-01-23	11 sem.	161,70 $
ARTI3802	53	9 à 12 ans	Sam. 13 h 30 à 15 h 30	CLSA	2016-01-23	11 sem.	161,70 $

BANDE DESSINÉE

- Apprentissage des étapes inhérentes à la création de bandes dessinées
- Création de personnages de bandes dessinées (caricatures animalières, super héros, etc.), de scénarios, d'esquisses, de décors, de découpages, de composition et de mises en scène
- Deux périodes de cours : l'une, réservée aux exercices thématiques du jour; l'autre, à son projet personnel
- Coût du matériel inclus dans celui de l'activité
- Professeur : Mario Lessard

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3801	01	9 à 12 ans	Sam. 9 h à 11 h	CLSA	2015-09-19	12 sem.	176,40 $
DESS3801	02	13 ans et +	Sam. 13 h à 15 h	CLSA	2015-09-19	12 sem.	176,40 $

HIVER

- Cours du 26 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3801	51	9 à 12 ans	Sam. 9 h à 11 h	CLSA	2016-01-23	11 sem.	161,70 $
DESS3801	52	13 ans et +	Sam. 13 h à 15 h	CLSA	2016-01-23	11 sem.	161,70 $

CALLIGRAPHIE ET SUMI-E (Dessin japonais)

- Apprentissage des divers mouvements de l'écriture japonaise avec de l'encre de Chine et des techniques de dégradé (sumi-e)
- Professeure : Noriko Imaï Sca

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3802	01	Débutant	Ven. 9 h à 12 h	CCCR	2015-09-18	12 sem.	279 $
DESS3802	02	Intermédiaire	Ven. 13 h à 16 h	CCCR	2015-09-18	12 sem.	279 $

HIVER

- Cours du 25 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3802	51	Débutant	Ven. 9 h à 12 h	CCCR	2016-01-22	11 sem.	255,75 $
DESS3802	52	Intermédiaire	Ven. 13 h à 16 h	CCCR	2016-01-22	11 sem.	255,75 $

DESSIN

- Apprentissage du dessin selon la technique *Dessiner avec le cerveau droit* (débutant)
- Poursuite de l'apprentissage (composition et médiums) et consolidation de sa technique graphique (intermédiaire)
- Réalisation de projets personnels avec l'aide de l'enseignant et rehaussement de ses dessins avec la couleur (avancé)
- Expérimentation de règles simples pour réaliser une composition efficace et familiarisation avec l'équilibre pictural (dessin et composition; intermédiaire et avancé)
- Réalisation de dessins avec des marqueurs à l'encre et des crayons *aquarellables* et rehaussement de ses dessins avec la couleur (dessin et crayon *aquarellable*; avancé)
- Maîtrise des proportions du personnage et du dessin d'un visage, des mains et des pieds pour les incorporer dans ses projets créatifs (dessin, le personnage)
- Professeure : Gisel Saint-Hilaire

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3804	01	Débutant	Lun. 19 h à 21 h	CCCR	2015-09-14	11 sem.	170,50 $
DESS3804	02	Débutant	Jeu. 9 h à 12 h	CCCR	2015-09-17	12 sem.	279 $
DESS3804	03	Intermédiaire	Jeu. 13 h à 16 h	CCCR	2015-09-17	12 sem.	279 $
DESS3804	04	Intermédiaire	Jeu. 19 h à 22 h	CCCR	2015-09-17	12 sem.	279 $

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3804	51	Débutant	Lun. 19 h à 21 h	CCCR	2016-01-18	11 sem.	170,50 $
DESS3804	52	Débutant	Jeu. 9 h à 12 h	CCCR	2016-01-21	12 sem.	279 $
DESS3804	53	Intermédiaire	Jeu. 13 h à 16 h	CCCR	2016-01-21	12 sem.	279 $
DESS3804	54	Intermédiaire	Jeu. 19 h à 22 h	CCCR	2016-01-21	12 sem.	279 $

DESSIN ET CRÉATION

- Approches techniques et créatrices du dessin, thèmes variés
- Médiums : fusain, crayons, sanguine, pastels, etc.
- Professeur : François Desharnais

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3807	01	Avancé	Ven. 13 h à 16 h	CCCR	2015-09-18	12 sem.	279 $

HIVER

- Cours du 25 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3807	51	Avancé	Ven. 13 h à 16 h	CCCR	2016-01-22	11 sem.	255,75 $

PEINTURE

- Approfondissement des techniques de base de l'acrylique ainsi que des principes des couleurs (débutant)
- Approfondissement des techniques de l'acrylique à travers des sujets personnels
- Respect du rythme et du style de chacun, exercice de dessin au début de chaque cours
- Professeures : Michèle Lefebvre (adultes) et François Desharnais (jeunes)

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3801	01	Adultes, tous les niveaux	Lun. 19 h à 22 h	CCCR	2015-09-14	11 sem.	255,75 $
PEIN3801	02	Adultes, tous les niveaux	Mer. 13 h à 16 h	CCCR	2015-09-16	12 sem.	279 $
PEIN3801	03	Adultes, tous les niveaux	Jeu. 9 h à 12 h	CCCR	2015-09-17	12 sem.	279 $
PEIN3801	04	15 à 20 ans, débutant	Sam. 9 h à 11 h	CLSA	2015-09-19	12 sem.	186 $

HIVER

- Cours des 26 et 28 mars annulés

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3801	51	Adultes, tous les niveaux	Lun. 19 h à 22 h	CCCR	2016-01-18	11 sem.	255,75 $
PEIN3801	52	Adultes, tous les niveaux	Mer. 13 h à 16 h	CCCR	2016-01-20	12 sem.	279 $
PEIN3801	53	Adultes, tous les niveaux	Jeu. 9 h à 12 h	CCCR	2016-01-21	12 sem.	279 $
PEIN3801	54	15 à 20 ans, débutant	Sam. 9 h à 11 h	CLSA	2016-01-23	11 sem.	170,50 $

PEINTURE (Atelier)

- Approche personnalisée au cours de laquelle l'étudiant est accompagné dans sa démarche
- Professeur : François Desharnais

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3802	01	Adulte, Intermédiaire et avancé	Ven. 9 h à 12 h	CCCR	2015-09-18	12 sem.	279 $

HIVER

- Cours du 25 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3802	51	Adulte, Intermédiaire et avancé	Ven. 9 h à 12 h	CCCR	2016-01-22	11 sem.	255,75 $

PORTRAIT (Sfumato liquide)

- Travail axé sur les nuances d'une image avec le médium liquide : gouache, acrylique, etc.
- Travaux sur du papier bristol
- Professeur : Frédérik Lévesque

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PORT3802	01	Intermédiaire et avancé	Mar. 13 h à 16 h	CCCR	2015-09-15	12 sem.	279 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PORT3802	51	Intermédiaire et avancé	Mar. 13 h à 16 h	CCCR	2016-01-19	12 sem.	279 $

PORTRAIT

- Apprentissage des techniques inhérentes au dessin appliquées au portrait
- Professeur : Frédérik Lévesque

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PORT3801	01	Débutant	Mar. 9 h à 12 h	CCCR	2015-09-15	12 sem.	279 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PORT3801	51	Débutant et intermédiaire	Mar. 9 h à 12 h	CCCR	2016-01-19	12 sem.	279 $

CENTRE DE CÉRAMIQUE DE SAINTE-FOY (Activités du)

- Renseignements : 418 688-3166, 2130, rue de la Somme
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca), par téléphone, par la poste ou encore lors des journées portes ouvertes
  - automne : le 3 septembre de 19 h à 21 h et le 5 septembre, de 13 h à 15 h
  - hiver : le 7 janvier, de 19 h à 21 h et le 9 janvier, de 13 h à 15 h
- Inscription à un cours : donne le droit de participer à l'atelier libre pendant les heures d'ouverture du centre (50 heures par semaine, durant 13 semaines)
- Coût de l'inscription après le 5 septembre ou après le 9 janvier : 5 % de plus que le prix initial

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

- Coût du matériel et des cuissons en sus (matériel en vente sur place)
- Chèque libellé à l'ordre du centre de céramique de Sainte-Foy

CÉRAMIQUE (Classes ouvertes)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CERA3001	01	Tous	Jeu. 19 h à 21 h Sam. 13 h à 15 h	CC	2015-09-03 2015-09-05	2 jours	Gratuit

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CERA3001	51	Tous	Jeu. 19 h à 21 h Sam. 13 h à 15 h	CC	2016-01-07 2016-01-09	2 jours	Gratuit

CÉRAMIQUE (Atelier libre)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CERA3002	01	Adultes	Lun. au ven. 19 h à 21 h 30 Mar. au sam. 10 h à 17 h Dim. 13 h à 17 h	CC	2015-09-14	13 sem.	115 $ 98 $/65 ans et +

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CERA3002	51	Adultes	Lun. au ven. 19 h à 21 h 30 Mar. au sam. 10 h à 17 h Dim. 13 h à 17 h	CC	2016-01-11	13 sem.	115 $ 98 $/65 ans et +

CHIMIE DES GLAÇURES

- Cours d'initiation
- Coût du matériel en sus
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CERA3005	01	Adultes	Jeu. 19 h à 22 h	CC	2015-10-08	4 sem.	130 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CERA3005	51	Adultes	Jeu. 19 h à 22 h	CC	2016-02-04	4 sem.	130 $

CUISSONS ET ENTRETIEN DE FOURS ÉLECTRIQUES

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
THER3003	01	Adultes	Dim. 9 h à 17 h	CC	2015-10-18	1 jour	72 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
THER3003	51	Adultes	Dim. 9 h à 17 h	CC	2016-03-06	1 jour	72 $

DÉCORATIONS DE NOËL (Fabrication de)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste
- Coût du matériel inclus dans celui de l'activité

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CERA3004	01	5 ans et +, parents et enfants	Sam. 13 h 30 à 15 h 30	CC	2015-11-28	2 sem.	45 $/2 pers.

FAÇONNAGE (Adolescents et adultes)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MODA3001	01	Adolescents et adultes	Mar. 19 h à 21 h 30	CC	2015-09-15	10 sem.	119 $/12 à 14 ans 154 $/15 à 17 ans 231 $/18 à 64 ans 196 $/65 ans et +

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MODA3001	51	Adolescents et adultes	Mar. 19 h à 21 h 30	CC	2016-01-12	10 sem.	119 $/12 à 14 ans 154 $/15 à 17 ans 231 $/18 à 64 ans 196 $/65 ans et +

MODELAGE

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MODA3003	01	6 à 12 ans	Sam. 13 h à 14 h 30	CC	2015-09-19	10 sem.	60 $/1er enfant de la famille 50 $/2e enfant 40 $/3e enfant

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MODA3003	51	6 à 12 ans	Sam. 13 h à 14 h 30	CC	2016-01-16	10 sem.	60 $/1er enfant de la famille 50 $/2e enfant 40 $/3e enfant

MOSAÏQUE

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CERA3003	01	Adolescents et adultes	Mer. 19 h à 21 h 30	CC	2015-09-16	10 sem.	119 $/12 à 14 ans 154 $/15 à 17 ans 231 $/18 à 64 ans 196 $/65 ans et +

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CERA3003	51	Adolescents et adultes	Mer. 19 h à 21 h 30	CC	2016-01-13	10 sem.	119 $/12 à 14 ans 154 $/15 à 17 ans 231 $/18 à 64 ans 196 $/65 ans et +

POTERIE AU TOUR

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
POTR3001	01	Adolescents et adultes, débutant 1	Mar. 13 h 30 à 16 h	CC	2015-09-15	10 sem.	119 $/12 à 14 ans 154 $/15 à 17 ans 231 $/18 à 64 ans 196 $/65 ans et +
POTR3001	02	Adolescents et adultes, débutant 1	Mer. 13 h 30 à 16 h	CC	2015-09-16	10 sem.	Idem

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
POTR3001	03	Adolescents et adultes, débutant 1	Ven. 19 h à 21 h 30	CC	2015-09-18	10 sem.	Idem
POTR3001	04	Adolescents et adultes, débutant 1	Sam. 10 h à 12 h 30	CC	2015-09-19	10 sem.	Idem
POTR3001	05	Adolescents et adultes, débutant 1 et 2	Lun. 19 h à 21 h 30	CC	2015-09-14	10 sem.	Idem
POTR3001	06	Adolescents et adultes, débutant 1 et 2	Jeu. 19 h à 21 h 30	CC	2015-09-17	10 sem.	Idem
POTR3001	07	Adolescents et adultes, intermédiaire	Mer. 19 h à 21 h 30	CC	2015-09-16	10 sem.	Idem
POTR3001	08	Adolescents et adultes, perfection-nement	Mar. 19 h à 21 h 30	CC	2015-09-15	10 sem.	Idem

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
POTR3001	51	Adolescents et adultes, débutant 1	Mar. 13 h 30 à 16 h	CC	2016-01-12	10 sem.	119 $/12 à 14 ans 154 $/15 à 17 ans 231 $/18 à 64 ans 196 $/65 ans et +
POTR3001	52	Adolescents et adultes, débutant 1	Mer. 13 h 30 à 16 h	CC	2016-01-13	10 sem.	Idem
POTR3001	53	Adolescents et adultes, débutant 1	Ven. 19 h à 21 h 30	CC	2016-01-15	10 sem.	Idem
POTR3001	54	Adolescents et adultes, débutant 1	Sam. 10 h à 12 h 30	CC	2016-01-16	10 sem.	Idem
POTR3001	55	Adolescents et adultes, débutant 1 et 2	Lun. 19 h à 21 h 30	CC	2016-01-11	10 sem.	Idem
POTR3001	56	Adolescents et adultes, débutant 1 et 2	Jeu. 19 h à 21 h 30	CC	2016-01-14	10 sem.	Idem
POTR3001	57	Adolescents et adultes, intermédiaire	Mer. 19 h à 21 h 30	CC	2016-01-13	10 sem.	Idem
POTR3001	58	Adolescents et adultes, perfection-nement	Mar. 19 h à 21 h 30	CC	2016-01-12	10 sem.	Idem

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

RAKU

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
RAKU3002	01	Adolescents et adultes	Jeu. 19 h à 22 h Sam. 9 h à 16 h	CC CC	2015-09-24 et 2015-10-24	10 h	160 $

CHANT

CHŒUR DU VALLON (Activités du)

- Renseignements : www.choeurduvallon.com
- Inscription à la session d'automne : le 8 septembre à 18 h 45 au centre communautaire Claude-Allard (CCCA) ou au 418 809-0925
- Journées portes ouvertes les 8 et 15 septembre, à 19 h
- Concerts : en décembre et au printemps

CHANT CHORAL (Répertoires classique et sacré)

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	COÛT
Adultes	Mar. 19 h à 21 h 30	CCCA	2015-09-08	150 $/an ou 85 $/session
Étudiants				130 $/an ou 70 $/session

CHORALE LES NOMADES (Activités de la)

- Responsables : Jean-Pierre Harvey, 418 831-1842; Monique Laperrière, 418 914-2570
- Sorties (de 20 à 25 par an) : habituellement la semaine, en après-midi
- Relâche du 22 décembre au 5 janvier inclusivement

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes	Mar. 9 h à 11 h 30	CCCA	2015-09-08	31 sem.	100 $

GROUPE VOCAL LES LORIOTS DE CAP-ROUGE (Activités du)

- Renseignements : Louisette Truchon, 418 658-3157; www.lesloriots.ca
- Quelque 60 choristes (altos, basses, sopranos, ténors)
- Spectacles, concerts et prestations ponctuels
- Spectacles populaires : chansons populaires de toutes les époques avec une mise en scène
- Concerts de Noël : airs de Noël classiques, traditionnels et populaires
- Répétitions : le mercredi, de 19 h 30 à 22 h, au centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR) et lors de la journée intensive mensuelle, le dimanche, de 9 h à 16 h
- Début : 9 septembre et 16 janvier

CLUBS SOCIAUX ET PHILANTHROPIQUES (Activités des)

BARATTE (La)

- Renseignements: 418 527-1173, infos@labaratte.ca
- Inscription : par courriel ou par téléphone
- Paiement : comptant, débit ou au moyen d'un chèque libellé à l'ordre de La Baratte

AUTOMNE

CODE ACT.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT/SESSION
Cours de cuisine Parent et enfant	8 ans et + et un parent Débutant	Sam. 10 h à 12 h	2120, rue Boivin (entrée à l'arrière)	2015-09-19	4 sem.	50 $/membres 75 $/autres
Cours de cuisine Parent et enfant	8 ans et + et un parent Débutant	Sam. 10 h à 12 h	2120, rue Boivin (entrée à l'arrière)	2015-10-17	4 sem.	50 $/membres 75 $/autres
Cours de cuisine Parent et enfant	8 ans et + et un parent Débutant	Sam. 10 h à 12 h	2120, rue Boivin (entrée à l'arrière)	2015-11-14	4 sem.	50 $/membres 75 $/autres

HIVER

CODE ACT.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT/SESSION
Cours de cuisine Parent et enfant	8 ans et + et un parent Débutant	Sam. 10 h à 12 h	2120, rue Boivin (entrée à l'arrière)	2016-02-06	4 sem.	50 $/membres 75 $/autres
Cours de cuisine Parent et enfant	8 ans et + et un parent Débutant	Sam. 10 h à 12 h	2120, rue Boivin (entrée à l'arrière)	2016-03-05	4 sem.	50 $/membres 75 $/autres

CLUB DE L'ÂGE D'OR GARNIER DE SILLERY INC. (Activités du)

- Renseignements : Louisette Côté, 418 871-7981
- Activités habituelles : billard, parties de cartes, scrabble, jeu de fléchettes, parties de pétanque
- Inscription au club
  - automne : à compter du 15 septembre
  - hiver : à compter du 12 janvier

ACTIVITÉS HABITUELLES

AUTOMNE ET HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3010	01	50 ans et +	Mar. 13 h à 16 h	SSESC	2015-09-15	30 sem.	12 $/an

PÉTANQUE

- Responsable : Christiane Morin, 418 527-6686

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PETA3007	01	Membres	Mar. 13 h à 16 h	SSESC	2015-09-22	27 sem.	Gratuit

CLUB DE L'ÂGE D'OR DE SAINT-YVES (Activités du)

- Renseignements : Anicet Laflamme, 418 845-1931, anicetl@hotmail.com
- Inscription au sous-sol de l'église Saint-Yves (SSESY) le 9 septembre, de 12 h à 13 h
- Carte de membre : 25 $ par année
- Relâche du 10 décembre au 5 janvier

BRIDGE

AUTOMNE ET HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3010	01	Membres	Mer. 13 h à 16 h	SSESY	2015-09-09	30 sem.	2 $ par session

CLUB FADOQ CAP-ROUGE INC. (Activités du)

- Renseignements et inscription : 418 653-2028
- Activités (les mercredis) : jeux de cartes, bingo, billard, quilles et pétanque, repas (Halloween, Sainte-Catherine, Noël, brunch du Carnaval, Saint-Valentin, Pâques, souper de fin d'année, épluchette de blé d'Inde, partie de sucre) et sorties en groupe
- Début
  - automne : 9 septembre, à 13 h
  - hiver : 14 janvier, à 13 h
- Endroit : centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)
- Coût annuel : 25 $

CLUB OPTIMISTE DE CAP-ROUGE (Activités du)

- Renseignements : Louise Dugal, 418 914-9604; Rita Veilleux, 418 654-0677
- Activités s'adressant aux jeunes en vue de créer un effet positif dans leur vie : appréciation jeunesse, Mini Stars, essai littéraire, lecture en herbe, etc.
- Rencontres : le 3e jeudi du mois

CLUB SOCIAL DE SAINTE-FOY INC. (Activités du)

- Responsable : Marie-Andrée Laniel, 418 651-8711
- Inscription par la poste seulement

BRIDGE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACSO3001	01	50 ans et +	Lun. 13 h à 16 h	SSESU	2015-09-14	36 sem.	25 $

COURTEPOINTE (Activités de la)

- Renseignements : 418 657-3836, info@lacourtepointe.ca
- Inscription : au local de La Courtepointe (LC)
  - automne : 18 et 19 août, de 10 h à 12 h
  - hiver : 15 et 16 décembre, de 10 h à 12 h
- Paiement : comptant ou au moyen d'un chèque libellé à l'ordre de La Courtepointe

AUTOMNE

CODE ACT.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT/SESSION
Conversation anglaise	50 ans et +	Lun. 10 h 30 à 12 h, débutant Lun. 13 h 30 à 15 h, intermédiaire	LC	2015-09-14	10 sem.	35 $/membres 40 $/autres
Conversation espagnole, débutant	50 ans et +	Mar. 13 h 30 à 15 h	LC	2015-09-15	10 sem.	35 $/membres 40 $/autres
Marche rythmée	50 ans et +	Mer. 10 h à 11 h	Église Sainte-Geneviève	2015-09-16	12 sem.	15 $/membres 20 $/autres
Qi Gong	50 ans et +	Jeu. 13 h 30 à 15 h	Église Sainte-Geneviève	2015-09-16	12 sem.	40 $/membres 45 $/autres
Santé et mise en forme*	50 ans et +	Lun. 9 h 30 à 10 h 30	CCCA	2015-09-14	13 sem.	30 $ 50 $/automne et hiver

*Nombre de places limité, priorité accordée aux personnes déjà inscrites aux activités offertes à l'hiver 2015. Les personnes s'inscrivant aux deux sessions paieront 50 $.

HIVER

CODE ACT.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT/SESSION
Conversation anglaise	50 ans et +	Lun. 10 h 30 à 12 h, débutant Lun. 13 h 30 à 15 h, intermédiaire	LC	2016-01-25	10 sem.	35 $/membres 40 $/autres
Conversation espagnole, débutant	50 ans et +	Mar. 13 h 30 à 15 h	LC	2016-01-26	10 sem.	35 $/membres 40 $/autres
Marche rythmée	50 ans et +	Mer. 10 h à 11 h	Église Sainte-Geneviève	2016-01-13	12 sem.	15 $/membres 20 $/autres
Qi Gong	50 ans et +	Jeu. 13 h 30 à 15 h	Église Sainte-Geneviève	2016-01-28	12 sem.	40 $/membres 45 $/autres
Santé et mise en forme*	50 ans et +	Lun. 9 h 30 à 10 h 30	CCCA	2016-01-11	15 sem.	30 $

*Nombre de places limité, priorité accordée aux personnes déjà inscrites aux activités offertes à l'automne 2015

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

DANSE

CHRISTIANE BÉLANGER-DANSE (Activités de)

BALLET CLASSIQUE

- Renseignements et inscription : 418 525-5751; 418 262-6902; info@christianebelanger-danse.com; www.christianebelanger-danse.com
- Chèque libellé à l'ordre de Christiane Bélanger-danse ou paiement par Internet (Amilia)
- Élèves de Danse-Études des 2e et 3e cycles du primaire (programme particulier (*privé*) de formation professionnelle reconnu par plusieurs institutions professionnelles et internationales) : de 15 h 30 à 17 h, du lundi au vendredi
- Élèves de Danse-Études du secondaire : de 17 h à 18 h 30, du lundi au vendredi
- Rabais de 20 $ applicable aux droits d'inscription au 2e cours et aux suivants pour le volet loisirs uniquement
- Programme de ballet-études particulier (*privé*) au cégep François-Xavier-Garneau maintenant offert
- Production Le Ballet de Québec/Compagnie Christiane Bélanger : *La Reine des Neiges* ou *Blanche-Neige*, à la salle Louis-Fréchette du Grand Théâtre de Québec (dates à surveiller)
- Spectacle annuel de l'école : *Hymne au printemps*, à la salle Albert-Rousseau le 24 avril à 19 h avec la participation du Ballet de Québec

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3058	01	Pré-ballet 1, 4 à 6 ans	Sam. 9 h à 10 h	CCNB	2015-09-12	12 sem.	215 $
DANS3058	02	Pré-ballet 2, 4 à 6 ans	Sam. 10 h à 11 h	CCNB	2015-09-12	12 sem.	215 $
DANS3071	01	Ballet classique 1 et 2, 6 à 9 ans	Sam. 10 h à 11 h 30	CCNB	2015-09-12	12 sem.	245 $
DANS3071	02	Ballet classique 1 et 2, 6 à 9 ans	Sam. 11 h 30 à 13 h	CCNB	2015-09-12	12 sem.	245 $
DANS3071	03	Ballet classique 3 et 4, 9 à 16 ans	Jeu. 16 h 30 à 18 h	CCNB	2015-09-17	12 sem.	245 $
DANS3071	04	Ballet classique 3 et 4, 9 à 14 ans	Sam. 13 h à 14 h 30	CCNB	2015-09-12	12 sem.	245 $
DANS3071	05	Ballet classique 3 et 4, 9 à 16 ans	Sam. 12 h 30 à 14 h	CCNB	2015-09-12	12 sem.	245 $
DANS3071	06	Ballet classique avancé, 9 à 16 ans	Sam. 11 h à 12 h 30	CCNB	2015-09-12	12 sem.	245 $
DANS3071	07	Ballet avancé, pointes, 9 à 14 ans	Sam. 14 h 30 à 16 h	CCNB	2015-09-12	12 sem.	245 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3058	51	Pré-ballet 1, 4 à 6 ans	Sam. 9 h à 10 h	CCNB	2016-01-09	12 sem.	215 $
DANS3058	52	Pré-ballet 2, 4 à 6 ans	Sam. 10 h à 11 h	CCNB	2016-01-09	12 sem.	215 $
DANS3071	51	Ballet classique 1 et 2, 6 à 9 ans	Sam. 10 h à 11 h 30	CCNB	2016-01-09	12 sem.	245 $
DANS3071	52	Ballet classique 1 et 2, 6 à 9 ans	Sam. 11 h 30 à 13 h	CCNB	2016-01-09	12 sem.	245 $
DANS3071	53	Ballet classique 3 et 4, 9 à 14 ans	Sam. 13 h à 14 h 30	CCNB	2016-01-09	12 sem.	245 $
DANS3071	54	Ballet classique 3 et 4, 9 à 16 ans	Jeu. 16 h 30 à 18 h	CCNB	2016-01-14	12 sem.	245 $
DANS3071	55	Ballet classique 3 et 4, 9 à 16 ans	Sam. 12 h 30 à 14 h	CCNB	2016-01-09	12 sem.	245 $
DANS3071	56	Ballet classique avancé, 6 à 9 ans	Sam. 11 h à 12 h 30	CCNB	2016-01-09	12 sem.	245 $
DANS3071	57	Ballet avancé, pointes, 9 à 14 ans	Sam. 14 h 30 à 16 h	CCNB	2016-01-09	12 sem.	245 $

ÉCOLE DE DANSE ESPACE DANSE (Activités de l')

- Renseignements : Marcelle Turgeon, 418 831-3054; marcelleturgeon@gmail.com; www.eddespacedanse.com
- Cours offerts aux enfants, aux adolescents et aux adultes
- Programmation complète sur le site Internet de l'école (www.eddespacedanse.com)
- Inscription : du 8 juin au 4 septembre, par la poste ou en ligne
- Fiche d'inscription : sur le site Internet de l'école
- Droits d'inscription : 15 $ en sus, non remboursables
- Inscription à l'année (de septembre à mai) sauf pour les cours destinés aux adultes (à la session)
- Début des cours : 12 septembre
- Numéro d'assurance maladie des enfants de 3 à 5 ans à fournir
- Chèque libellé à l'ordre de l'école de danse Espace-Danse et daté du 28 août 2015
- Endroits : centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR), centre communautaire Champigny (CCC), centre Delphis-Marois (CDM), centre sociorécréatif Les Bocages (CSRB)
- Classes ouvertes en décembre 2015
- Spectacles de danse en avril et en mai 2016
- Évaluation et certification à la fin de l'année

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

- Camp d'été en août 2016
- Politique de remboursement selon l'Office de la protection du consommateur
- Cours annulés les 12 octobre, du 29 février au 6 mars et du 25 au 28 mars

COURS

CLIENT./NIV.	COURS
3 ans et +	Cours de danse Aér-Autiste
3 à 4 ans	Premiers pas de danse
4 à 5 ans	Éveil à la danse
5 à 6 ans	Danse créative I
6 à 7 ans	Danse créative II
7 ans	Danse préparatoire I
8 ans et +	Cours de danse Aér-Autiste
8 ans et +	Ballet classique
8 ans et +	Danse jazz
8 ans et +	Danse hip-hop
18 ans et +	Danse et mise en forme
18 ans et +	Danse classique
18 ans et +	Zumba fitness
55 ans et +	Zumba gold
Autres cours	Voir sur le site Internet de l'école (www.eddespacedanse.com)

DANSE FOLKLORIQUE INTERNATIONALE

LA DANSOISE (Activités de)

- Renseignements et inscription : Marie Savard, 418 527-3354; savardmarie@videotron.ca; Jacques Latouche, 418 658-9773; jakko@oricom.ca
- Chèque libellé à l'ordre de La Dansoise
- Portes ouvertes le 3 septembre et le 7 janvier

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3076	01	Adultes, intermédiaire et avancé	Jeu. 19 h 30 à 22 h	CCNB	2015-09-03	14 sem.	75 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3076	51	Adultes, intermédiaire et avancé	Jeu. 19 h 30 à 22 h	CCNB	2016-01-07	15 sem.	75 $

DANSE SALSA

ÉCOLE DE DANSE SALSA SANS FRONTIÈRES (100 % latino)

- Renseignements et inscription : Elba-Maria Roman Torres, 418 653-2673
- Inscription : sur le site Internet de l'école (www.salsasansfrontieres.com), paiement par chèque ou comptant
- Promotion : 30 $ de rabais par personne si l'inscription est faite dans la première semaine du cours ou avant
- Soirées latines et ateliers thématiques : www.salsasansfrontieres.com (réservation obligatoire)

L'école de danse Salsa sans Frontières se réserve le droit d'annuler un cours sans préavis. Seules les personnes inscrites seront avisées.

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3062	01	Latino 1	Lun. 18 h 45 à 20 h	CCNB	2015-09-14	10 sem.	156 $
DANS3062	02	Latino 1 (cours en espagnol)	Jeu. 20 h à 21 h 15	CCNB	2015-09-17	10 sem.	156 $
DANS3062	03	Latino 1	Ven. 18 h 45 à 20 h	CCNB	2015-09-18	10 sem.	156 $
DANS3063	01	Salsa plus (intensif) Latino 1 et 2	Mar. 20 h à 21 h 15	CCNB	2015-09-15	10 sem.	160 $
DANS3091	01	Salsa cubaine 1	Lun. 18 h 45 à 20 h	CCNB	2015-09-14	10 sem.	156 $
DANS3091	02	Rueda de casino 2	Lun. 20 h à 21 h 15	CCNB	2015-09-14	10 sem.	156 $
DANS3091	03	Salsa colombienne 1	Jeu. 18 h 45 à 20 h	CCNB	2015-09-17	10 sem.	156 $
DANS3091	04	Salsa colombienne 2	Jeu. 20 h à 21 h 15	CCNB	2015-09-17	10 sem.	156 $
DANS3092	01	Zumba et cardio latino	Mar. 18 h 45 à 19 h 45	CCNB	2015-09-08	12 sem.	146 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3062	51	Latino 1	Lun. 18 h 45 à 20 h	CCNB	2016-01-11	10 sem.	156 $
DANS3062	52	Latino 1 (cours en espagnol)	Jeu. 20 h à 21 h 15	CCNB	2016-01-14	10 sem.	156 $
DANS3062	53	Latino 1	Ven. 18 h 45 à 20 h	CCNB	2016-01-15	10 sem.	156 $
DANS3063	51	Salsa plus (intensif) Latino 1 et 2	Mar. 20 h à 21 h 15	CCNB	2016-01-12	10 sem.	160 $
DANS3091	51	Salsa cubaine 1	Lun. 18 h 45 à 20 h	CCNB	2016-01-11	10 sem.	156 $
DANS3091	52	Salsa cubaine 2	Lun. 20 h à 21 h 15	CCNB	2016-01-11	10 sem.	156 $
DANS3091	53	Salsa colombienne 1	Jeu. 18 h 45 à 20 h	CCNB	2016-01-14	10 sem.	156 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3091	54	Salsa colombienne 2	Jeu. 20 h à 21 h 30	CCNB	2015-01-14	10 sem.	156 $
DANS3092	51	Zumba et cardio latino	Mar. 18 h 45 à 19 h 45	CCNB	2016-01-12	12 sem.	145 $

ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE

ENTRAIDE DES AÎNÉS DE SILLERY (Activités de l')

- Renseignements : 418 641-6665; du lundi au vendredi, entraidea.sillery@videotron.ca
- But : favoriser le maintien à domicile des personnes âgées
- Services offerts : transport avec accompagnement, repas à domicile, visites d'amitié et cours
- Activité offerte en collaboration avec la commission scolaire des Découvreurs
  - Inscription : centre de la Pointe-de-Sainte-Foy, 965, rue Valentin G1V 4P8, de 9 h à 11 h
  - Certificat de naissance obligatoire

AUTOMNE

ACTIVITÉ	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Tablette (*I-PAD*)*	Jeu. 13 h à 16 h	CCNB	2015-10-01	10 sem.	95 $

*Le participant doit apporter sa tablette.

HIVER

- Cours du 4 mars annulé

ACTIVITÉ	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Tablette (*I-PAD*)*	Jeu. 13 h à 16 h	CCNB	2015-02-05	10 sem.	90 $

*Le participant doit apporter sa tablette.

ENTRAIDE SAINTE-FOY (Activités d')

- Renseignements : 418 650-5544; www.entraidestefoy.org
- Endroit : 3645, chemin Sainte-Foy G1X IT1
- Clientèle : personnes âgées en perte d'autonomie, personnes handicapées ou malades demeurant dans les paroisses suivantes : Saint-Benoît, Sainte-Ursule, Saint-Mathieu, Sainte-Geneviève, Notre-Dame-de-Foy, Saint-Louis-de-France, Saint-Denys, Saint-Jean-Baptiste-De La Salle, Saint-Thomas-d'Aquin et une partie de Saint-Yves
- Services offerts : transport, accompagnement, visites d'amitié et répit gardiennage
- Reçus d'impôt délivrés pour les dons de 10 $ ou plus

MOUVEMENT DES SERVICES À LA COMMUNAUTÉ DU CAP-ROUGE (Activités du)

- Renseignements : 418 641-6643; télécopieur : 418 641-6020; msccr@bellnet.ca; www.msccr.com
- Endroit : centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)
- Heures d'ouverture : du lundi au vendredi, de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h
- Services offerts aux personnes et aux familles dans le besoin : accueil, écoute, suivi, aide alimentaire et financière, vente et échange de vêtements usagés, soutien à domicile

Club familles Cap-Rouge (Activités du)

- Rencontres hebdomadaires avec les mères et leurs enfants le mardi, de 9 h 30 à 11 h, à la salle Nicolas-Juneau B du centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)
- Séances d'information, échanges, partage, socialisation des enfants et création de liens d'amitié
- Rencontres mensuelles : sorties pour les mères afin de briser l'isolement
- Rencontres familiales : programmation annuelle des activités
- Services d'aide divers : information, écoute, soutien

Soutien à domicile

- Écoute, suivi et visites à domicile
- Transport et accompagnement à la clinique médicale, au centre hospitalier, à l'épicerie, etc.
- Répit offert à domicile aux proches aidants
- Repas chauds servis à domicile le midi aux personnes âgées, aux malades et aux personnes aux prises avec un handicap

Services à la population

- Référence, information, écoute et soutien à l'intention des personnes et des familles aux prises avec une situation financière difficile
- En collaboration avec le comité de la Guignolée : aide alimentaire, vestimentaire et autres
- Échanges de vêtements et achat d'articles divers, les mardis et jeudis, de 13 h 30 à 15 h 30 (don de vêtements et d'articles possible en tout temps)
- Ateliers de couture : confection d'articles divers avec du tissu recyclé, les mercredis, de 9 h 30 à 12 h
- Activités physiques pour les 50 ans ou plus, tous les lundis et jeudis, de 9 h 30 à 11 h
- Ateliers d'initiation à l'informatique (tablettes électroniques) offerts aux aînés (inscription en septembre et en janvier)
- Cours de gardien averti à l'intention des jeunes de 11 ans et + (inscription le 5 septembre de 9 h à 12 h)
- Bazars annuels :
  - 7 mai : vélos
  - 27 septembre : articles de bébé
  - 8 novembre : jouets
  - 24 avril : articles de bébé

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

HISTOIRE

SOCIÉTÉ D'HISTOIRE DE SAINTE-FOY (Activités de la)

- Responsable : Alain Côté
- Renseignements : 418 641-6301, poste 4082; histoiresaintefoy@gmail.com; www.societeshistoirequebec.qc.ca
- Centre communautaire Claude-Allard (CCCA), bureau 107-1

La Société d'histoire de Sainte-Foy a pour objectif de faire connaître l'histoire de l'ancienne ville de Sainte-Foy et de sauvegarder les éléments les plus représentatifs de son patrimoine tangible et intangible. Elle propose des conférences, présentées habituellement le 3e mardi du mois à la salle Ulric-Fournier du centre d'interprétation historique de Sainte-Foy (CIH). L'entrée est gratuite pour les membres et de 5 $ pour les autres. La Société publie les bulletins L'*Écho fidéen* et l'*Écho fidéen Express*, à l'intention des membres, et à l'occasion, des cahiers et des dossiers thématiques.

Son centre de documentation compte une collection iconographique importante (photographies, diapositives et négatifs) reconnue pour la variété et la qualité de ses thèmes. Doté d'un instrument de recherche informatisé, le centre est accessible à condition de réserver (préférablement par courriel). Deux postes de consultation des archives photographiques sont aussi accessibles gratuitement au centre d'interprétation historique de Sainte-Foy.

La Société d'histoire est membre de la Table de concertation des sociétés d'histoire de Québec ainsi que de la Fédération histoire Québec.

Carte de membre

- Membre ordinaire : 20 $; étudiant : 10 $; conjoint d'un membre : 10 $; membre de soutien : 35 $; membre *corporatif* : 250 $; membre à vie : 150 $
- Les personnes résidant à l'extérieur de Québec doivent débourser 50 % de plus que les coûts indiqués.
- Libeller le chèque à l'ordre de la Société d'histoire de Sainte-Foy et le faire parvenir au local 107-1 du centre communautaire Claude-Allard (CCCA)
- Activités offertes cet hiver : www.societeshistoirequebec.qc.ca

ACTIVITÉS

15 septembre	Conférence de Christian Denis, conservateur au Musée de la civilisation, *Le patrimoine des familles : une mémoire en construction*
20 octobre	Conférence de Claude Corriveau, ethnomuséologue et commissaire d'exposition, *John Neilson, le Franklin canadien* (entrée libre)
17 novembre	Conférence de Jean Breton, président de la Société d'histoire d'autobus du Québec, *Les 150 ans du transport collectif de la ville de Québec*
15 décembre	Conférence d'Yves Hébert, historien, *Les ponts de glace entre Québec et Lévis et sur le Saint-Laurent*
19 janvier	À déterminer
16 février	À déterminer
15 mars	Assemblée générale annuelle
19 avril	À déterminer
17 mai	À déterminer

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

SOCIÉTÉ HISTORIQUE DU CAP-ROUGE (Activités de la)

- Renseignements : 418 641-6380; info@shcr.qc.ca; www.shcr.qc.ca
- À l'intention des membres et des personnes intéressées par l'histoire
- Programmation complète sur le site Internet de la Société (www.shcr.qc.ca)
- Endroit : centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)

Carte de membre

- Membre ordinaire : 20 $; étudiant : 5 $; couple : 25 $; membre à vie : 175 $; membre à vie (couple) : 200 $

ACTIVITÉS*

10 septembre, 14 h	Salon de thé
24 septembre	Excursion à l'île d'Orléans (parc maritime et parc des Ancêtres) (activité payante, inscription obligatoire)
8 octobre, 14 h	Salon de thé
22 octobre, 19 h 30	Conférence d'Évelyne Guay, *La pêche à l'anguille*
5 novembre, 14 h	Salon de thé
19 novembre, 19 h 30	Conférence de Yves Hébert, *Les ponts de glace*
17 janvier, 11 h	Brunch du début de l'année
4 février, 14 h	Salon de thé
18 février, 19 h 30	Conférence, à déterminer
3 mars, 14 h	Salon de thé
17 mars, 19 h 30	Assemblée générale annuelle
7 avril, 14 h	Salon de thé
21 avril, 19 h 30	Conférence, à déterminer
5 mai, 14 h	Salon de thé
19 mai	Excursion, à déterminer

*Les activités inscrites au programmes peuvent changer, consultez le site Internet de la Société d'histoire (www.shcr.qc.ca) pour être fixé.

HORTICULTURE

SOCIÉTÉ D'HORTICULTURE DE SAINTE-FOY (Activités de la)

- Renseignements : Lorraine Leblond, 418 653-4785; Renée Lebel, 418 651-3837
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou sur place le 8 septembre, de 19 h à 21 h ou encore pendant les activités
- Cotisation annuelle familiale (personnes résidant à la même adresse) : 75 $

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
HORT3001	01	Tous	Mar. 19 h 30 à 22 h 30	CSSF	2015-09-15	32 sem.	55 $

HIVER

- Relâche du 15 décembre au 12 janvier

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
HORT3001	51	Tous	Mar. 19 h 30 à 22 h 30	CSSF	2016-01-12	18 sem.	55 $

LUDOTHÈQUE DE SAINTE-FOY (Activités de la)

- Renseignements : www.ludosaintefoy.org; coordo@ludosaintefoy.org; 418 641-6301, poste 4081
- Responsable : Andréanne Cantin
- Prêt de jeux et de jouets aux enfants, aux adolescents et aux adultes (adhésion à la Ludothèque obligatoire, valable un an)
- Jeux mis à la disposition des usagers de la bibliothèque Monique-Corriveau en tout temps

PRÊT DE JOUETS

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DURÉE	COÛT
ACRG3003	01	Tous	Lun. 9 h 30 à 12 h Mar. 13 h à 16 h Mer. 17 h à 20 h Jeu. 13 h à 16 h Ven. 9 h 30 à 12 h Sam. 9 h 30 à 17 h Dim. 9 h 30 à 17 h	BMC	Toute l'année	40 $/1er membre de la famille 30 $/2e membre 20 $/3e membre

JEUX SUR PLACE

- Possibilité offerte à tous d'emprunter, pour une utilisation à l'intérieur de la Ludothèque, un jeu ou un jouet de sa collection moyennant 2 $
- D'autres jeux à la disposition des usagers de la bibliothèque, et ce, gratuitement

MATINÉES DE JEUX LIBRES PARENTS-ENFANTS DESJARDINS (Les)

- Renseignements : 418 641-6301, poste 4081; coordo@ludosaintefoy.org
- Jeux et jouets mis à la disposition des enfants dans la salle multifonctionnelle située au sous-sol de la bibliothèque Monique-Corriveau (BMC)
- Rabais accordé lors de l'achat d'une carte « ludique » des Matinées parents-enfants (auprès de la responsable de l'animation)

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	COÛT
6 mois à 6 ans	Lun. 9 h 30 à 12 h Ven. 9 h 30 à 12 h Dim. 9 h 30 à 12 h	BMC	En continu	2 $/fois/membres de la Ludothèque 4 $/fois/autres

MADAME PREND CONGÉ DE QUÉBEC

- Responsables : Carole Gauvin, 418 871-1909, Jocelyne Nadeau, 418 871-0382
- Facebook : Madame prend congé de Québec
- Activités sociales, sorties, conférences, dîners, etc.
- Rencontre aux deux semaines
- Inscription : 16 septembre, de 13 h à 14 h 30, au centre sportif de Sainte-Foy (CSSF), salle 115
- Relâche du 16 décembre au 6 janvier

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACSO3005	01	Adultes	Mer. 13 h à 16 h	CSSF	2015-09-16	15 sem.	20 $

MAISONS DE JEUNES (Activités des)

MAISON DES JEUNES LA SYMBIOSE DE CAP-ROUGE

- Renseignements : 418 650-7780; mdj.symbiose@bellnet.ca; www.lasymbiose.com; au 1210, rue Provancher (adresse postale : 4473, rue Saint-Félix, Québec G1Y 3A6)
- Lieu de rencontre, milieu de vie ouvert aux adolescents de 12 à 17 ans
- Services gratuits
- Heures d'ouverture : mardi, mercredi et jeudi, de 18 h à 21 h 30; vendredi, de 18 h à 23 h; samedi, de 13 h à 17 h et de 18 h à 22 h 30

MAISON DES JEUNES L'ENVOL DE SAINTE-FOY

- Renseignements : 418 656-6039; www.mdjlenvol.com; facebook : Mdj L'Envol de Sainte-Foy
- À l'intention des jeunes âgés de 12 à 17 ans
- Jeunes âgés de 11 ans : rencontres le jeudi, de 18 h à 19 h
- Type d'activités offertes : sportives, récréatives, artistiques, communautaires, activités de financement, de prévention, d'information portant sur différents thèmes
- Calendrier des activités basé sur les intérêts des jeunes
- Équipe d'animation sur place en tout temps

MAISON DES JEUNES DE SILLERY, L'ÉLÉMENT

- Renseignements : 418-527-4333; mdjsillery@live.ca; 1215, avenue du Chanoine-Morel (Facebook et site Internet à venir)
- Milieu de vie, point de rencontre, d'échanges, de prévention, prise en charge et autofinancement d'activités diverses par les jeunes de 12 à 17 ans
- Volet d'introduction à la MDJ, à partir de 11 ans (les vendredis de 15 h à 18 h)
- Équipe d'animateurs et d'intervenants à l'écoute des jeunes
- Services gratuits (sauf avis contraire), possibilité de participer à la vie démocratique et administrative de l'organisme

- Programmes thématiques (au moins une heure par semaine)
  - *Bouge en masse!* : activités physiques, acquisition de saines habitudes de vie
  - *Culturarium* : activités culturelles, ateliers artistiques, sorties, voyages et visites ou spectacles, cinéma, etc.
- Horaire : mercredi et jeudi, de 15 h à 21 h; vendredi, de 15 h à 22 h; samedi, de 13 h à 22 h

MAISON LÉON-PROVANCHER (Activités de la) (MLP)

- Renseignements et inscription : 418 650-7785; info@maisonleonprovancher.com; www.maisonleonprovancher.com

Activités pour tous

- Exposition : *Léon Provancher, nature passionnée, feu sacré*, sur la vie et l'œuvre de Léon Provancher, un pionnier de l'étude des sciences de la nature au Québec
- Cahier de découvertes : le cahier de découvertes s'adresse aux enfants de 6 à 12 ans et à leurs parents. Mis à leur disposition les samedis, de 12 h à 16 h, cela jusqu'au 28 novembre, il se veut un complément de l'exposition. Il leur permet de s'initier aux sciences naturelles au moyen de manipulations, d'observations et de déductions.

Camp de jour

- Du 29 février au 4 mars, activités scientifiques, tout aussi amusantes qu'éducatives, offertes aux jeunes sur les thèmes suivants : *Une journée au labo*, *Le monde du vivant*, *Science en fête*, *Bye bye l'hiver*, *Le printemps*
- Inscription à la journée ou à la semaine

Géorallyes

- Découverte du Vieux-Cap-Rouge, GPS en main, à la recherche de caches savamment dissimulées
- À l'intention des familles (enfants de 7 ans et +), des adolescents et des adultes
- Nouveau circuit au parc Cartier-Roberval alliant le patrimoine naturel et historique, conçu pour les familles avec des enfants âgés de 4 à 10 ans
- Tous les samedis, de 12 h à 16 h, jusqu'au 28 novembre
- Départ de la maison Léon-Provancher (MLP)
- Coût de la location du GPS : 13 $
- Réservation (nécessaire) : 418 650-7785 ou info@maisonleonprovancher.com.

MUSIQUE

CENTRE MUSICAL UNI-SON (Activités du)

- Responsables : Gisèle Pettigrew et Christophe Lobel, 418 684-2136; contact@centremusicalunison.com
- Inscription : sur le site Internet de l'école (www.centremusicalunison.com)
- Endroit : Centre musical Uni-Son (CMUS), 2e étage
- Horaire des cours : du lundi au jeudi, de 15 h à 22 h
- Durée : 30, 45, 60 ou 75 minutes
- Droits d'inscription : payables au centre
- Possibilité de louer certains instruments de musique (à prix modique)

Un élève peut demander à ce que 15 minutes de son cours soient consacrées à la théorie sauf si le cours dure 30 minutes. Les cours de 75 minutes comprennent 15 minutes de théorie.

COURS SUR INSTRUMENTS

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSI3008	01	3 à 17 ans	À confirmer	CMUS	2015-09-14	14 sem.	252 $*
MUSI3009	01	18 ans et +	À confirmer	CMUS	2015-09-14	14 sem.	266 $*

*Prix des cours de 30 minutes. Autres coûts : site Internet du centre (www.centremusicalunison.com)

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSI3008	51	3 à 17 ans	À confirmer	CMUS	2016-01-11	18 sem.	324 $*
MUSI3009	51	18 ans et +	À confirmer	CMUS	2016-01-11	18 sem.	342 $*

*Prix des cours de 30 minutes. Autres coûts : site Internet du centre (www.centremusicalunison.com)

CERCLE DE MUSIQUE DE CAP-ROUGE (Activités du)

- Renseignements : info@cmcaprouge.org; www.cmcaprouge.org; 418 650-7796

COURS ET SERVICES OFFERTS

- Cours de chant, de batterie et de percussion, de basse électrique, de guitare, de guitare électrique, de piano, de flûte traversière, de saxophone, de clarinette, de violon, de violoncelle et d'éveil musical
- Offerts en après-midi, en soirée et la fin de semaine
- Location d'instruments de musique aux élèves (guitare, violon, violoncelle, flûte et saxophone)
- Possibilité offerte aux groupes de musique de louer des instruments (batterie, amplificateurs de voix, basse et guitare) et de pratiquer dans le local mis à leur disposition
- Cours de musique pour les aînés en semaine avant 15 h

INSCRIPTION

Automne

- Anciens élèves : par la poste
- Nouveaux élèves : 27 août, de 18 h 30 à 20 h, au centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)

Hiver

- Anciens élèves : auprès des professeurs, par la poste ou par courriel
- Nouveaux élèves : 7 janvier, de 18 h 30 à 20 h, au centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)
- Professeurs présents pour répondre aux questions lors des soirées d'inscription

COURS INDIVIDUELS

- Chant, batterie et percussion, basse électrique, guitare et guitare électrique, piano, flûte traversière, saxophone, clarinette, violon et violoncelle

AUTOMNE

- Relâche du 25 octobre au 31 octobre

CLIENT./NIV.	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Tous	PP, CCCR, CCC	2015-09-06	13 sem.	350 $ (60 min)
Tous	PP, CCCR, CCC	2015-09-06	13 sem.	270 $ (45 min)
Tous	PP, CCCR, CCC	2015-09-06	13 sem.	190 $ (30 min)

HIVER

- Relâche du 28 février au 5 mars

CLIENT./NIV.	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Tous	PP, CCCR, CCC	2016-01-10	18 sem.	470 $ (60 min)
Tous	PP, CCCR, CCC	2016-01-10	18 sem.	360 $ (45 min)
Tous	PP, CCCR, CCC	2016-01-10	18 sem.	250 $ (30 min)

ÉVEIL MUSICAL, ENSEMBLE DE VIOLON, HARMONIE ET *STAGE BAND*

- Cours en groupe : 6 élèves minimums par groupe

AUTOMNE

- Relâche du 25 octobre au 31 octobre

CLIENT./NIV.	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Éveil musical, 3 à 6 ans	PP, CCCR, CCC	2015-09-13	10 sem.	100 $ (60 min)
Ensemble de violons	PP, CCCR, CCC	2015-11-01	6 sem.	70 $ (60 min)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

HIVER

- Relâche du 28 février au 5 mars

CLIENT./NIV.	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Éveil musical, 3 à 6 ans	PP, CCCR, CCC	2016-01-16	12 sem.	120 $ (60 min)
Ensemble de violons	PP, CCCR, CCC	2016-03-06	10 sem.	100 $ (60 min)

COURS DE MUSIQUE POUR AÎNÉS

- Du lundi au vendredi avant 15 h

AUTOMNE

- Relâche du 25 au 31 octobre

CLIENT./NIV.	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
55 ans et +	PP	2015-09-06	13 sem.	325 $ (60 min)
55 ans et +	PP	2015-09-06	13 sem.	245 $ (45 min)
55 ans et +	PP	2015-09-06	13 sem.	170 $ (30 min)

HIVER

- Relâche du 28 février au 5 mars

CLIENT./NIV.	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
55 ans et +	PP	2016-01-10	18 sem.	445 $ (60 min)
55 ans et +	PP	2016-01-10	18 sem.	335 $ (45 min)
55 ans et +	PP	2016-01-10	18 sem.	235 $ (30 min)

HARMONIE ET *STAGE BAND*

- Renseignements et inscription : 418 650-7796; harmoniecr@gmail.com
- À l'intention des musiciens désireux de faire de la musique en groupe
- Préalable : un minimum de connaissances musicales
- Répertoires : populaire, classique et musique de films
- Durée : du 9 septembre au 9 décembre et du 13 janvier au 27 avril
- Direction musicale, harmonie et *stage band* : France Sanfaçon
- Relâche du 28 février au 5 mars

GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Harmonie	16 ans et +	Mer. 19 h à 20 h 30	CCC	2015-09-09	30 sem.	70 $
Stage band	16 ans et +	Mer. 20 h 45 à 21 h 45	CCC	2015-09-13	30 sem.	200 $/adultes 150 $/étudiants

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

Modalités de paiement

- Coûts payables au moment de l'inscription (comptant ou par chèque)
- Possibilité d'effectuer deux versements (chèques postdatés)
- Possibilité d'obtenir un reçu pour déductions fiscales au niveau fédéral (activités offertes aux enfants)
- Tarifs sujets à changement sans préavis

MAISON DE LA MUSIQUE DE SAINTE-FOY (Activités de la)

- Renseignements : 418 650-2657, mmsf1986@gmail.com; www.mmsf.org
- Cours d'instruments donnés à des élèves de tous les niveaux et de tous les âges
- Inscription : 25 août, de 18 h 30 à 21 h sur place
- Possibilité offerte aux nouveaux élèves d'avoir une autre séance d'inscription le 7 janvier, de 19 h à 21 h
- Centre communautaire Claude-Allard (CCCA)

Coûts

- 30 minutes de cours par semaine : 545 $
- 45 minutes de cours par semaine : 725 $
- 60 minutes de cours par semaine : 897,50 $
- Droits d'inscription : payables en un ou en plusieurs versements (chèques libellés à l'ordre de la Maison de la musique de Sainte-Foy)

COURS INDIVIDUELS

- Musique classique ou populaire, pratique quotidienne nécessaire
- Cours de 45 ou de 60 minutes : une période de 15 minutes peut être consacrée à la théorie
- Début
  - Automne : 7 septembre (14 sem.)
  - Hiver : 11 janvier (16 sem.)
- Horaire à déterminer avec le professeur

ACTIVITÉ	CLIENT./NIV.	PÉRIODE DU COURS	RESPONSABLE
Chant classique	10 ans et +, adultes	Jour et soir	Nathalie Dumont
Chant populaire	10 ans et +, adultes	Jour et soir	France Sanfaçon
Clarinette	10 ans et +, adultes	Soir	Roger Légaré
Flûte traversière	10 ans et +, adultes	Soir	Roger Légaré
Guitare classique, populaire, électrique	8 ans et +, adultes	Jour et soir	Maxime Perron Mathieu Deschênes
Basse électrique	8 ans et +, adultes	Soir	Serge Vallières
Piano	5 ans et +, adultes	Jour et soir	Solange Beaulieu Ginette Doucet Julie Chabot Anne-Marie Bélanger
Saxophone	12 ans et +, adultes	Soir	Roger Légaré
Trompette, trombone	12 ans et +, adultes	Jour et soir	France Sanfaçon
Violon	6 ans et +, adultes	Jour et soir	Romain Garnier

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

EUTONIE

- Responsable : Nathalie Dumont, 418 650-2657
- Tous les niveaux
- Pratique corporelle favorisant l'utilisation judicieuse du corps et son adaptation au milieu environnant : meilleure conscience de son corps, réduction des tensions musculaires excessives, équilibre postural, souplesse et aisance gestuelle ainsi que régulation de la respiration
- Rencontres en groupe ou individuelles
- Coût : 120 $ pour 4 ateliers en groupe (4 personnes maximums)
- Durée : 2 h 30 par atelier, horaire à confirmer

CHORALE D'ENFANTS

- Responsable : Nathalie Dumont, 418 650-2657, mmsf1986@gmail.com

AUTOMNE ET HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	COÛT
6 à 12 ans	Mer. 18 h 30	CCCA	2015-09-23	185 $/30 min/sem. 28 cours dans l'année
6 à 12 ans	Mer. 18 h 30	CCCA	2016-01-13	105 $/30 min/sem. 16 cours à l'hiver

ÉVEIL MUSICAL

- Responsable : Anne-Marie Bélanger, 418 650-2657, mmsf1986@gmail.com
- Initiation à la musique par le jeu (5 participants par groupe)

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	COÛT
3 à 5 ans	Jeu. 18 h 30	CCCA	2015-09-10	150 $/45 min/sem. 14 cours

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	COÛT
3 à 5 ans	Jeu. 18 h 30	CCCA	2016-01-14	170 $/45 min/sem. 16 cours

GROUPE VOCAL POP

- Responsable : Nathalie Dumont, 418 650-2657, mmsf1986@gmail.com

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	COÛT
13 à 17 ans	Mer. 19 h 10 à 19 h 55	CCCA	2015-09-09	150 $

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	COÛT
13 à 17 ans	Mer. 19 h 10 à 19 h 55	CCCA	2016-01-13	170 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

PHOTOGRAPHIE

CLUB PHOTO F : 1

- Responsable : Jessica Tremblay, clubphotof1@gmail.com
- Réunion et séance d'inscription : 8 septembre à 19 h, au centre communautaire Noël-Brulart (CCNB)

ACTIVITÉS PHOTOGRAPHIQUES

- Responsable : Robert Sylvestre, robsyl@yahoo.com
- Rencontres mensuelles portant sur la photographie
- Ateliers, conférences et sorties

AUTOMNE ET HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PHOT3001	02	Jeunes et adultes	2e mardi du mois 19 h à 21 h	CCNB	2015-09-15	10 fois	40 $

STUDIO PHOTO

- Responsable : Jessica Tremblay; clubphotof1@gmail.com
- Studio de photographie communautaire accessible aux membres pendant les heures d'ouverture du centre communautaire Noël-Brulart (CCNB)
- Connaissance de base en photographie de studio nécessaire
- Appareil réflex nécessaire

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PHOT3001	01	Adultes	Activité libre	CCNB	2015-09-14	41 sem.	70 $

STUDIO PHOTO ET ACTIVITÉS PHOTOGRAPHIQUES (Combiné)

- Responsable : Jessica Tremblay; clubphotof1@gmail.com
- Accès au studio et aux activités photographiques

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PHOT3001	03	Adultes	Activité libre	CCNB	2015-09-14	41 sem.	100 $

PHOTOGRAPHIE NUMÉRIQUE

- Responsable : Robert Sylvestre, 418 666-4343, robsyl@yahoo.com
- Équipement obligatoire : appareil réflex numérique et manuel d'instructions
- Cours aux deux semaines

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PHOT3002	01	16 ans et +, débutant	Mer. 19 h à 21 h	CCNB	2015-09-16	6 sem.	90 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PHOT3002	51	16 ans et +, débutant	Mer. 19 h à 21 h	CCNB	2016-01-13	6 sem.	90 $

RESSOURCE ESPACE FAMILLES (Activités de)

- Renseignements : www.ressourceespacefamilles.com

MÔMES ET COMPAGNIE (Ateliers parents et enfants)

- Renseignements : 418 681-9740; communication@refamilles.ca; www.ressourceespacefamilles.com
- Développement global de l'enfant de 5 ans ou moins au moyen d'activités stimulantes s'adressant aux petits et à leurs parents
- Inscription : par téléphone ou sur place
- Paiement comptant : 5 $ par session
- Activités annulées le 12 octobre, du 29 février au 6 mars, du 25 au 28 mars et le 23 mai

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Parents et enfants de 18 mois à 5 ans	Lun. 9 h à 11 h 30	CLNDF	2015-09-14	11 sem.	5 $/famille Gratuit/membre
Parents et enfants de 18 mois à 5 ans	Mar. 9 h à 11 h 30	CLSU	2015-09-08	13 sem.	5 $/famille Gratuit/membre
Parents et enfants de 18 mois à 5 ans	Mer. 9 h à 11 h 30	LC	2015-09-09	15 sem.	5 $/famille Gratuit/membre

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Parents et enfants de 18 mois à 5 ans	Lun. 9 h à 11 h 30	CLNDF	2016-01-11	20 sem.	5 $/famille Gratuit/membre
Parents et enfants de 18 mois à 5 ans	Mar. 9 h à 11 h 30	CLSU	2016-01-12	22 sem.	5 $/famille Gratuit/membre
Parents et enfants de 18 mois à 5 ans	Mer. 9 h à 11 h 30	LC	2016-01-13	22 sem.	5 $/famille Gratuit/membre

LE JARDIN DE PIROUETTE ET CABRIOLE

- Renseignements : 418 681-9740; communication@refamilles.ca; www.ressourceespacefamilles.com
- Ateliers sollicitant la psychomotricité
- Présence des parents obligatoire
- Inscription : par téléphone ou sur place
- Paiement comptant ou par chèque libellé à Ressource Espace Familles
- Rabais de 10 $ applicable à l'inscription du 2e enfant de la même famille

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Parents et enfants de 18 mois à 2 ans	Sam. 9 h à 9 h 45	CLSU	2015-09-19	12 sem.	40 $/enfant
Parents et enfants de 18 mois à 2 ans	Dim. 9 h à 9 h 45	CLNDF	2015-09-20	12 sem.	40 $/enfant
Parents et enfants de 18 mois à 2½ ans	Dim. 10 h 45 à 11 h 30	CCC	2015-09-20	12 sem.	40 $/enfant
Parents et enfants de 2½ ans à 4 ans	Sam. 10 h à 10 h 45	CLSU	2015-09-19	12 sem.	40 $/enfant
Parents et enfants de 2½ ans à 4 ans	Dim. 10 h à 10 h 45	CLNDF	2015-09-20	12 sem.	40 $/enfant
Parents et enfants de 2½ ans à 4 ans	Dim. 15 h 30 à 16 h 15	CCC	2015-09-20	12 sem.	40 $/enfant
Parents et enfants de 4 à 5 ans	Sam. 11 h à 11 h 45	CLSU	2015-09-19	12 sem.	40 $/enfant
Parents et enfants de 4 à 5 ans	Dim. 11 h à 11 h 45	CLNDF	2015-09-20	12 sem.	40 $/enfant
Parents et enfants de 4 à 5 ans	Dim. 13 h 30 à 14 h 15	CCC	2015-09-20	12 sem.	40 $/enfant

HIVER

- Activités des 6 et 27 mars annulées

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Parents et enfants de 18 mois à 2 ans	Sam. 9 h à 9 h 45	CLSU	2016-01-16	11 sem.	40 $/enfant
Parents et enfants de 18 mois à 2 ans	Dim. 9 h à 9 h 45	CLNDF	2016-01-17	11 sem.	40 $/enfant
Parents et enfants de 18 mois à 2½ ans	Dim. 10 h 45 à 11 h 30	CCC	2016-01-17	11 sem.	40 $/enfant
Parents et enfants de 2½ ans à 4 ans	Sam. 10 h à 10 h 45	CLSU	2016-01-16	11 sem.	40 $/enfant
Parents et enfants de 2½ ans à 4 ans	Dim. 10 h à 10 h 45	CLNDF	2016-01-17	11 sem.	40 $/enfant
Parents et enfants de 2½ ans à 4 ans	Dim. 15 h 30 à 16 h 15	CCC	2016-01-17	11 sem.	40 $/enfant
Parents et enfants de 4 à 5 ans	Sam. 11 h à 11 h 45	CLSU	2016-01-16	11 sem.	40 $/enfant

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Parents et enfants de 4 à 5 ans	Dim. 11 h à 11 h 45	CLNDF	2016-01-17	11 sem.	40 $/enfant
Parents et enfants de 4 à 5 ans	Dim. 13 h 30 à 14 h 15	CCC	2016-01-17	11 sem.	40 $/enfant

FRANÇAIS EN FAMILLE (Du)

- Renseignements : 418 681-9740; communication@refamilles.ca; www.ressourceespacefamilles.com
- Ateliers d'initiation au français à l'intention des parents et des enfants allophones
- Présence des parents obligatoire
- Inscription : par téléphone ou sur place, au centre de loisirs Notre-Dame-de-Foy (CLNDF)

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Parents et enfants jusqu'à 5 ans	Sam. 13 h à 16 h	CLNDF	2015-09-19	12 sem.	Gratuit
Parents et enfants jusqu'à 5 ans	Mar. 9 h à 11 h 30	CLNDF	2015-09-15	12 sem.	Gratuit
Parents et enfants jusqu'à 5 ans	Mer. 9 h à 11 h 30	CLNDF	2015-09-16	12 sem.	Gratuit

HIVER

- Activités des 1er, 2 et 5 mars annulées

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Parents et enfants jusqu'à 5 ans	Sam. 13 h à 16 h	CLNDF	2016-01-16	12 sem.	Gratuit
Parents et enfants jusqu'à 5 ans	Mar. 9 h à 11 h 30	CLNDF	2016-01-12	12 sem.	Gratuit
Parents et enfants jusqu'à 5 ans	Mer. 9 h à 11 h 30	CLNDF	2016-01-13	12 sem.	Gratuit

SCOUTISME

GROUPE SCOUT DE CAP-ROUGE (Activités du)

- Renseignements : Isabelle Martineau, 418 872-3774; groupe_scout_cap-rouge@hotmail.com

Horaire*

- Castors (mixte), de 7 à 9 ans : vendredi, de 19 h à 21 h
- Louveteaux, de 9 à 11 ans : lundi, de 19 h à 20 h 30, ou vendredi, de 19 h à 21 h (le Groupe scout est seul responsable de la répartition des nouvelles inscriptions)
- Louvettes, de 9 à 11 ans : vendredi, de 19 h à 21 h
- Éclaireurs (garçons), de 12 à 13 ans : horaire à déterminer
- Pionniers-pionnières (mixte), de 14 à 17 ans : mardi, de 19 h à 21 h
- Routiers (mixte), de 17 à 21 ans : (horaire à déterminer), de 19 h à 21 h

*L'horaire peut changer.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

Modalités d'inscription

- Préinscription des anciens membres : pendant les réunions, de la mi-mai à la mi-juin
- Inscription des nouveaux membres : le 28 août, de 19 h à 20 h 30, dans les locaux situés au sous-sol du centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR) (entrée indépendante, coin arrière de l'immeuble)
- Photocopie de la carte d'assurance-maladie, justificatif de domicile (*preuve de résidence*) et chéquier nécessaires
- Possibilité de s'inscrire au cours de l'année

Coûts*

120 $	1er enfant de la famille
100 $	2e enfant
80 $	3e enfant et suivants

*Les coûts peuvent changer; ils sont déterminés lors de l'assemblée générale qui a lieu en septembre. Ils couvrent les droits d'inscription, les assurances et le coût des activités hebdomadaires données de septembre à juin. Uniformes, camps et activités spéciales : frais en sus.

45e GROUPE SCOUT ET GUIDE DE SAINT-YVES (Activités du)

- Renseignements : Martin Ouellet, 418 955-1476, martin@kadx.org; www.gsy45.org
- Jeunes de 7 à 21 ans
- Réunions hebdomadaires et camps pour développer l'esprit d'équipe, la débrouillardise et la personnalité
- Inscription en septembre, au sous-sol de l'église Saint-Yves
- Coût : 90 $

SOCIÉTÉ ARTISTIQUE ET CULTURELLE DE QUÉBEC (Activités de la)

- Renseignements : Ginette Bourassa, SACQ_Ginette_Bourassa@hotmail.com; www.sacquebec.com; 418 641-6301, poste 3329, et réseaux sociaux
- Activités : dessin (ateliers payants), portrait (ateliers payants), modèle vivant (ateliers payants), peinture (ateliers libres), émaux sur cuivre (ateliers libres), démonstrations *Jeudi artistique*, le 1er jeudi du mois (activités payantes), accès au bulletin l'*Esquisse* et aux autres publications, expositions collectives (4 par année à la bibliothèque Monique-Corriveau et dans les bibliothèques de la Ville de Québec), symposiums : mars (Place Laurier), juin (Visit'Art-Québec), septembre (Journées de la culture), activités sociales, etc.
- Endroit : centre communautaire Claude-Allard, local 101 (CCCA)
- Inscription : par la poste seulement (1130, route de l'Église, Québec G1V 4X6) du 1er septembre au 31 août
- Journées de la culture : les 25, 26 et 27 septembre, rencontres entre les membres et le grand public au centre communautaire Claude-Allard, de 12 h à 16 h

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3001	01	Adultes	CCCA	2015-09-14	52 sem.	35 $

THÉÂTRE

LES COMÉDIENS SANS BAGAGE

- Responsable : Carlo Alberton, 418 262-4069; info@lescomediens.org; www.lescomediens.org
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (2595, rue du Père-Druillettes, Québec G1V 1A9)
- Chèque libellé à l'ordre des Comédiens sans bagage
- Coût du matériel inclus dans les droits d'inscription

THÉÂTRE

AUTOMNE

- Comédie musicale *L'ascension d'une ménagère tortionnaire* de Carlo Alberton et Mathieu Dumont (adultes)
- Création collective (enfants et adolescents)

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
THEA3001	01	8 à 17 ans	Jeu. 18 h 30 à 20 h 30	EXTV	2015-09-17	12 sem.	125 $
THEA3001	02	18 ans et +	Lun. 18 h 30 à 21 h 30	EXTV	2015-09-14	14 sem.	175 $
THEA3001	03	18 ans et +	Mar. 18 h 30 à 21 h 30	EXTV	2015-09-15	14 sem.	175 $
THEA3001	04	18 ans et +	Mer. 18 h 30 à 21 h 30	EXTV	2015-09-16	14 sem.	175 $

HIVER

- Comédie musicale *Leçons d'une sorcière pour survivre aux contes de fées* de Carlo Alberton et Mathieu Dumont (adultes)
- Création collective (enfants et adolescents)

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
THEA3001	51	8 à 17 ans	Jeu. 18 h 30 à 20 h 30	EXTV	2016-01-21	12 sem.	125 $
THEA3001	52	18 ans et +	Lun. 18 h 30 à 21 h 30	EXTV	2016-01-18	14 sem.	175 $
THEA3001	53	18 ans et +	Mar. 18 h 30 à 21 h 30	EXTV	2016-01-19	14 sem.	175 $
THEA3001	54	18 ans et +	Mer. 18 h 30 à 21 h 30	EXTV	2016-01-20	14 sem.	175 $

ÉCRITURE THÉÂTRALE (Autobiographique)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ECRI3007	01	18 ans et +	Jeu. 13 h à 16 h	EXTV	2015-09-17	12 sem.	120 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ECRI3007	51	18 ans et +	Jeu. 13 h à 16 h	EXTV	2016-01-21	12 sem.	120 $

TISSAGE

LA RUCHE (Organisme de tisserandes) (Activités de)

- Renseignements et inscription : Colette Tremblay, 418 977-3806 ou Élizabeth Robichaud, 418 914-2413
- Adhésion annuelle : 50 $
- Endroit : centre communautaire Noël-Brulart (CCNB)
- Réunion sur le montage des métiers : 1er mercredi du mois

VITRAIL

ÉCOLE DE VITRAIL CAROLE DESLAURIERS (Activités de l')

- Renseignements et inscription : Carole Deslauriers, 418 828-9280 ou 418 641 6301, poste 1536; ecolevitrail.cd@videotron.ca; www.evcd.ca
- Création, choix de verre, technique du vitrail, grisaille, gravure et projet personnel
- Chèque libellé à l'ordre de Carole Deslauriers
- Au moment de l'inscription, réserver deux plages horaires qui conviennent parmi les choix présentés ci-dessous

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3003	01	Tous les niveaux	Lun. 12 h 45 à 15 h 45 ou 18 h à 22 h	CCNB	2015-09-14	12 sem.	299 $ 385 $
VITR3003	02	Tous les niveaux	Mar. 9 h à 12 h ou 12 h 45 à 15 h 45 ou 19 h à 22 h	CCNB	2015-09-08	12 sem.	299 $
VITR3003	03	Tous les niveaux	Mer. 9 h à 12 h ou 12 h 45 à 15 h 45 ou 19 h à 22 h	CCNB	2015-09-09	12 sem.	299 $
VITR3003	04	Tous les niveaux	Jeu. 12 h 45 à 15 h 45 ou 19 h à 22 h	CCNB	2015-09-10	12 sem.	299 $
VITR3003	05	Tous les niveaux	Sam. 9 h à 12 h	CCNB	2015-09-12	12 sem.	299 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3003	51	Tous les niveaux	Lun. 12 h 45 à 15 h 45 ou 18 h à 22 h	CCNB	2016-01-11	12 sem.	299 $ 385 $
VITR3003	52	Tous les niveaux	Mar. 9 h à 12 h ou 12 h 45 à 15 h 45 ou 19 h à 22 h	CCNB	2016-01-12	12 sem.	299 $
VITR3003	53	Tous les niveaux	Mer. 9 h à 12 h ou 12 h 45 à 15 h 45 ou 19 h à 22 h	CCNB	2016-01-13	12 sem.	299 $
VITR3003	54	Tous les niveaux	Jeu. 12 h 45 à 15 h 45 ou 19 h à 22 h	CCNB	2016-01-14	12 sem.	299 $
VITR3003	55	Tous les niveaux	Sam. 9 h à 12 h	CCNB	2016-01-09	12 sem.	299 $

Loisirs de quartier

Champigny et Chauveau

- Renseignements : loisirs.stefoy@gmail.com ou 418 641-6301, poste 4083 (boîte vocale)

ACTIVITÉ PHYSIQUE, VIE ACTIVE 50 ANS ET PLUS

- Responsable pour la session d'automne : Marie Delisle, 418 871-3752
- Responsable pour la session d'hiver : Huguette Lefrançois, 418 652-1624; lefrancois_h@yahoo.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACPH3800	01	50 ans ou +, débutant	Lun., jeu. 10 h à 11 h 30	CCC	2015-09-14	12 sem.	30 $

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACPH3800	51	50 ans ou +, débutant	Lun., jeu. 10 h à 11 h 30	CCC	2016-01-18	12 sem.	30 $

BADMINTON LIBRE

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Activité du 12 octobre annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3830	01	Adultes, intermédiaire à avancé	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	EP	2015-09-14	12 sem.	40 $
BADM3830	02	Adultes, intermédiaire	Mar. 19 h 30 à 21 h 30	EP	2015-09-15	12 sem.	40 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

HIVER

- Activité du 28 mars annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3830	51	Adultes, intermédiaire à avancé	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	EP	2016-01-18	12 sem.	40 $
BADM3830	52	Adultes, intermédiaire	Mar. 19 h 30 à 21 h 30	EP	2016-01-19	12 sem.	40 $

BADMINTON (Location de courts)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3830	03	Adultes	Jeu. 19 h 30 à 21 h 30	EP	2015-09-17	12 sem.	150 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3830	53	Adultes	Jeu. 19 h 30 à 21 h 30	EP	2016-01-21	12 sem.	150 $

CARDIO, ABDO, STRETCHING

- Renseignements : 418 522-3865; oxygene@live.ca
- Exercices sollicitant le système cardiovasculaire suivis d'étirements
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3801	01	Adultes, débutant à avancé	Lun. 19 h à 20 h	CTS	2015-09-14	12 sem.	85 $

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3801	51	Adultes, débutant à avancé	Lun. 19 h à 20 h	CTS	2016-01-18	12 sem.	85 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

ENTRAINEMENT CARDIOMUSCULAIRE

- Renseignements : 418 522-3865; oxygene@live.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3019	01	50 ans ou +	Mer. 9 h 45 à 10 h 45	CTS	2015-09-16	12 sem.	85 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3019	51	50 ans ou +	Mer. 9 h 45 à 10 h 45	CTS	2016-01-20	12 sem.	85 $

CARTERIE

- Renseignements : Hélène Simon, inetampe@gmail.com
- Techniques d'étampage, d'embossage, de vieillissement et de pliage original de cartes
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCRP3004	01	Adultes	Mer. 10 h à 11 h 30	CTS	2015-09-23	10 sem.	50 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCRP3004	51	Adultes	Mer. 10 h à 11 h 30	CTS	2016-01-20	10 sem.	50 $

DANSE EN LIGNE

- Responsable : Marcelle Fortin, 418 688-0863
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3800	01	Adultes, intermédiaire 1 et 2	Ven. 13 h à 14 h 30	CCC	2015-09-18	12 sem.	45 $
DANS3800	02	Adultes, débutant	Lun. 13 h à 14 h 30	CCC	2015-09-14	12 sem.	45 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3800	51	Adultes, intermédiaire	Ven. 13 h à 14 h 30	CCC	2016-01-22	12 sem.	45 $
DANS3800	52	Adultes, débutant	Lun. 13 h 30 à 15 h	CCC	2016-01-18	12 sem.	45 $

DESSIN D'OBSERVATION

- Responsable : Manon L'Hérault, 418 877-6987; manon.lherault@videotron.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Matériel de base nécessaire (coût en sus)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3800	01	Adultes, débutant et avancé	Jeu. 12 h 30 à 15 h 30	CTS	2015-09-17	12 sem.	145 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3800	51	Adultes, débutant et avancé	Jeu. 12 h 30 à 15 h 30	CTS	2016-01-21	12 sem.	145 $

JEUX DE SOCIÉTÉ

- Renseignements : 418 641-6301, poste 3635 (boîte vocale); loisirs.stefoy@gmail.com

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes	Jeu. 14 h à 16 h 30	CCC	2015-09-24	12 sem.	2 $/fois

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes	Jeu. 14 h à 16 h 30	CCC	2016-01-21	12 sem.	2 $/fois

MUSCLEZ VOS MÉNINGES

- Responsable : Ghislaine Martin, 418 651-3574; ghislainemartin@videotron.ca
- Amélioration de la vitalité intellectuelle et de la mémoire
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACME3002	01	50 ans ou +, débutant	Jeu. 9 h 30 à 11 h 30	CTS	2015-09-17	10 sem.	80 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACME3002	51	50 ans ou +, débutant	Jeu. 9 h 30 à 11 h 30	CTS	2016-01-21	10 sem.	80 $

PEINTURE SUR TOILE ET SUR BOIS

- Responsable : Manon L'Hérault, 418 877-6987; manon.lherault@videotron.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Matériel de base nécessaire (à apporter)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3892	01	Adultes, débutant à avancé	Mar. 12 h 30 à 15 h 30	CTS	2015-09-15	12 sem.	145 $
PEIN3892	02	Adultes, débutant à avancé	Mer. 12 h 30 à 15 h 30	CTS	2015-09-16	12 sem.	145 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3892	51	Adultes, débutant à avancé	Mar. 12 h 30 à 15 h 30	CTS	2016-01-19	12 sem.	145 $

YOGA

- Responsable : Louis Laliberté, 418 878-4233; louis-laliberte@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Thèmes abordés : relaxation, respiration, pleine conscience de soi, etc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3811	01	Adultes, avancé	Mar. 18 h 30 à 20 h	CTS	2015-09-15	12 sem.	120 $
YOGA3811	02	Adultes, débutant	Mar. 20 h à 21 h 30	CTS	2015-09-15	12 sem.	120 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3811	51	Adultes, avancé	Mar. 18 h 30 à 20 h	CTS	2016-01-19	12 sem.	120 $
YOGA3811	52	Adultes, débutant	Mar. 20 h à 21 h 30	CTS	2016-01-19	12 sem.	120 $

ZUMBA

- Responsable : Geneviève Denis, 418 929-4366; genevieve_den@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3004	01	Adultes, tous les niveaux	Mer. 19 h à 20 h	CTS	2015-09-16	12 sem.	85 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3004	51	Adultes, tous les niveaux	Mer. 19 h à 20 h	CTS	2016-01-20	12 sem.	85 $

ZUMBA GOLD

- Responsable : Julie Faucher, 418 834-7312
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3003	01	50 ans ou +	Mar. 10 h à 11 h	CCC	2015-09-15	12 sem.	85 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3003	51	50 ans ou +	Mar. 10 h à 11 h	CCC	2016-01-19	12 sem.	85 $

CLUB DE L'ÂGE D'OR CHAUVEAU (Activités du)

- Renseignements : Rosaire Paradis, 418 872-7469
- Inscription sur place lors des activités
- Carte de membre : 5 $
- Soirées de danse les samedis, de 20 h à minuit, à l'école L'Étincelle (1401, rue de l'Étincelle)
- Entrée : membres, 8 $; autres, 10 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

Activités spéciales

- 26 septembre : soirée dansante
- 10 octobre : temps des pommes
- 31 octobre : Halloween
- 28 novembre : soirée dansante
- 12 décembre : Noël
- 31 décembre : Saint-Sylvestre
- 16 janvier : les Rois
- 30 janvier : soirée dansante
- 13 février : Saint-Valentin
- 27 février : soirée dansante
- 12 mars : soirée dansante
- 9 avril : Pâques
- 23 avril : souper et assemblée générale annuelle
- 28 mai : fête des Pères

CLUB FADOQ LA FONTAINE DE JOUVENCE (Activités du)

- Renseignements : Huguette Boivin, 418 872-8480
- Activités habituelles : cartes, pétanque sur tapis, pétanque-atout
- Horaire : lundi et mercredi, de 13 h à 16 h, au centre de loisirs Saint-Ange (CLSA)
- Carte de membres : 24 $, membre; 15 $, ami
- Inscription (sur place lors des activités)
  - Automne : du 14 septembre au 9 décembre
  - Hiver : du 11 janvier au 11 mai

Activités spéciales

- 13 septembre : épluchette de blé d'Inde
- 5 octobre : tournoi de pétanque-atout
- 28 octobre : Halloween
- 16 novembre : tournoi de pétanque sur tapis
- 13 décembre : souper et soirée de Noël
- 10 février : Saint-Valentin
- 24 février : tournoi de cartes (500)
- 7 mars : tournoi de pétanque-atout
- 29 mars : sortie à la cabane à sucre
- 11 avril : tournoi de pétanque sur tapis
- 15 mai : souper de fin d'année et assemblée générale annuelle

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

Notre-Dame-de-Foy

- Renseignements : loisirs.stefoy@gmail.com ou 418 641-6301, poste 4083 (boîte vocale)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

BADMINTON (Location de courts)

- Responsable : loisirs.stefoy@gmail.com ou 418 641-6301, poste 4083 (boîte vocale)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Activité du 12 octobre annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3017	01	Adultes	Lun. 20 h à 22 h	END	2015-09-14	12 sem.	150 $
BADM3017	02	Adultes	Jeu. 20 h à 22 h	END	2015-09-17	12 sem.	150 $

HIVER

- Activité du 28 mars annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3017	51	Adultes	Lun. 20 h à 22 h	END	2016-01-18	12 sem.	150 $
BADM3017	52	Adultes	Jeu. 20 h à 22 h	END	2016-01-21	12 sem.	150 $

CERCLE DE FERMIÈRES NOTRE-DAME-DE-FOY (Activités du)

- Responsable : Ginette Cardin, 418 871-4191
- Activités : tissage, tricot, broderie, couture et autres cours et ateliers, selon la programmation du mois
- Portes ouvertes du lundi au jeudi, de 12 h 30 à 16 h 30

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACSO3003	01	Adultes	Lun., mar. 12 h 15 à 16 h 30 Mer. 12 h 15 à 21 h Jeu. 9 h à 16 h 30 3e mercredi du mois 12 h 15 à 22 h	CLNDF	En continu	40 sem.	12,30 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

Saint-Benoît

Loisirs Saint-Benoît inc.

- Responsable de la programmation : Senso Laau, loisirsst-benoit@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Épluchette de blé d'Inde et jeux de société, le 22 août, de 12 h à 19 h, au Campanile
- Halloween, le 24 octobre, de 13 h à 17 h, au centre de loisirs Pie-XII (CLSB)
- Party de Noël, le 12 décembre, de 13 h à 17 h, au centre de loisirs Pie-XII (CLSB)

BADMINTON (Club de)

- Responsable : Danielle Lamontagne, 418 657-5183; danielle.lamontagne@live.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)
- Raquettes et volants non fournis

AUTOMNE

- Activité du 12 octobre annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3003	01	Adultes, débutant et intermédiaire	Lun. 20 h à 21 h 30	EPF	2015-09-14	12 sem.	20 $
BADM3003	02	Adultes, débutant et intermédiaire	Mar. 20 h à 21 h 30	EPF	2015-09-15	12 sem.	20 $
BADM3003	03	Adultes, débutant et intermédiaire	Mer. 20 h à 21 h 30	EPF	2015-09-16	12 sem.	20 $
BADM3003	04	Adultes, intermédiaire	Lun. 18 h 30 à 20 h	EPF	2015-09-14	12 sem.	20 $
BADM3003	05	Adultes, intermédiaire	Mer. 18 h 30 à 20 h	EPF	2015-09-16	12 sem.	20 $

HIVER

- Activité du 28 mars annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3003	51	Adultes, débutant et intermédiaire	Lun. 20 h à 21 h 30	EPF	2016-01-18	12 sem.	20 $
BADM3003	52	Adultes, débutant et intermédiaire	Mar. 20 h à 21 h 30	EPF	2016-01-19	12 sem.	20 $
BADM3003	53	Adultes, débutant et intermédiaire	Mer. 20 h à 21 h 30	EPF	2016-01-20	12 sem.	20 $

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3003	54	Adultes, intermédiaire	Lun. 18 h 30 à 20 h	EPF	2016-01-18	12 sem.	20 $
BADM3003	55	Adultes, intermédiaire	Mer. 18 h 30 à 20 h	EPF	2016-01-20	12 sem.	20 $

DANSE

BALADI

- Responsables : Sylvie Dionne, 418 849-8797 (cours du mardi) et Nadia Ringuet, 418 653-2490 (cours du jeudi)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)
- Vêtements confortables et foulard sur les hanches

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3079	01	Adultes, intermédiaire	Mar. 19 h à 20 h	CLSB	2015-09-15	12 sem.	60 $
DANS3079	02	Adultes, folklore canne	Mar. 20 h à 21 h	CLSB	2015-09-15	12 sem.	60 $
DANS3079	03	Adultes, voile	Jeu. 19 h à 20 h	CLSB	2013-09-17	12 sem.	60 $
DANS3079	04	Adultes, débutant 1	Jeu. 20 h à 21 h	CLSB	2013-09-17	12 sem.	60 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3079	51	Adultes, intermédiaire	Mar. 19 h à 20 h	CLSB	2016-01-19	12 sem.	60 $
DANS3079	52	Adultes, fusion style gitan	Mar. 20 h à 21 h	CLSB	2016-01-19	12 sem.	60 $
DANS3079	53	Adultes, débutant 1	Jeu. 19 h à 20 h	CLSB	2016-01-21	12 sem.	60 $
DANS3079	54	Adultes, débutant 2	Jeu. 20 h à 21 h	CLSB	2016-01-21	12 sem.	60 $

BALLET CLASSIQUE

- Responsable : Christy Turgeon, 418 575-0387; balletchristy@gmail.com; www.facebook.com/Académiedeballetchristy; www.academiedeballetchristy.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)
- Tenue de ballet obligatoire
  - de 3 à 7 ans : maillot de ballet « rose ballet », collant et chaussures « rose ballet »
  - 8 ans ou plus : maillot de ballet noir, collant et chaussures « rose ballet »
- Cheveux noués
- Spectacle de Noël : *Casse-Noisette*, spectacle du printemps suivant : *Cendrillon*

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3008	01	3 à 4 ans, ballet et contine	Sam. 9 h à 10 h	CLSB	2015-09-19	13 sem.	115 $
DANS3008	02	4 à 5 ans, introduction au ballet	Sam. 10 h à 11 h	CLSB	2015-09-19	13 sem.	115 $
DANS3008	03	5 à 6 ans, pré-ballet	Sam. 11 h à 12 h	CLSB	2015-09-19	13 sem.	115 $
DANS3008	04	6 à 8 ans, ballet 1-2	Sam. 12 h à 13 h	CLSB	2015-09-19	13 sem.	115 $
DANS3008	05	7 à 10 ans, ballet élémentaire 1	Ven. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2015-09-18	13 sem.	160 $
DANS3008	06	9 à 12 ans, ballet élémentaire 2	Ven. 18 h 30 à 20 h	CLSB	2015-09-18	13 sem.	160 $
DANS3008	07	12 à 15 ans, ballet élémentaire	Ven. 20 h à 21 h 30	CLSB	2015-09-18	13 sem.	160 $
DANS3008	08	15 ans et +, ballet avancé	Jeu. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2015-09-17	13 sem.	160 $
DANS3008	09	15 ans et +, ballet débutant	Mer. 20 h à 21 h 30	CLSB	2015-09-16	13 sem.	160 $
DANS3008	10	15 ans et +, ballet élémentaire	Jeu. 19 h 45 à 21 h 15	CLSB	2015-09-17	13 sem.	160 $
DANS3108	01	9 à 14 ans, débutant Ballet, intro pointes	Mer. 18 h 30 à 20 h	CLSB	2015-09-16	13 sem.	160 $
DANS3108	02	15 ans et +, débutant ballet, intro pointes	Lun. 20 h à 21 h 30	CLSB	2015-09-14	13 sem.	160 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3108	03	11 à 14 ans, Ballet-pointes	Mar. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2015-09-15	13 sem.	160 $
DANS3108	04	15 ans ou +, avancé Ballet-pointes	Lun. 18 h 30 à 20 h	CLSB	2015-09-14	13 sem.	160 $
DANS3108	05	15 ans ou +, avancé Pointes et néo	Mar. 19 h 45 à 21 h 15	CLSB	2015-09-15	13 sem.	160 $
DANS3118	01	15 ans ou + *Stretching* et *workout* de ballet	Lun. 17 h 30 à 18 h 30	CLSB	2015-09-14	13 sem.	160 $
DANS3118	02	15 ans ou + *Stretching* et *workout* de ballet	Mer. 17 h 30 à 18 h 30	CLSB	2015-09-16	13 sem.	160 $
DANS3109	01	8 à 11 ans Concentration ballet	Mar., jeu. 16 h à 18 h Sam. 10 h à 12 h	CLSB	2015-09-15	12 sem.	800 $
DANS3109	02	12 à 15 ans Concentration ballet	Lun., mer., ven. 16 h 30 à 18 h 30	CLSB	2015-09-14	12 sem.	800 $

HIVER

- Cours des 25, 26, 28 mars et 23 mai annulés
- Concentration ballet : cours de la semaine du 29 février au 5 mars annulés

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3008	51	3 à 4 ans Ballet et contine	Sam. 9 h à 10 h	CLSB	2016-01-23	15 sem.	130 $
DANS3008	52	4 à 5 ans Introduction au ballet	Sam. 10 h à 11 h	CLSB	2016-01-23	15 sem.	130 $
DANS3008	53	5 à 6 ans Pré-ballet	Sam. 11 h à 12 h	CLSB	2016-01-23	15 sem.	130 $
DANS3008	54	6 à 8 ans Ballet 1-2	Sam. 12 h à 13 h	CLSB	2016-01-23	15 sem.	130 $
DANS3008	55	7 à 10 ans Ballet élémentaire 1	Ven. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2016-01-22	15 sem.	175 $
DANS3008	56	9 à 12 ans Ballet élémentaire 2	Ven. 18 h 30 à 20 h	CLSB	2016-01-22	15 sem.	175 $
DANS3008	57	12 à 15 ans Ballet élémentaire	Ven. 19 h 45 à 21 h 15	CLSB	2016-01-22	15 sem.	175 $
DANS3008	58	15 ans et + Ballet avancé	Jeu. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2016-01-21	15 sem.	175 $
DANS3008	59	15 ans et + Ballet débutant	Mer. 20 h à 21 h 30	CLSB	2016-01-20	15 sem.	175 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3008	60	15 ans et + Ballet élémentaire	Jeu. 19 h 45 à 21 h 15	CLSB	2016-01-21	15 sem.	175 $
DANS3108	51	9 à 14 ans, débutant Ballet, intro pointes	Mer. 18 h 30 à 20 h	CLSB	2016-01-20	15 sem.	175 $
DANS3108	52	15 ans et +, débutant Ballet, intro pointes	Lun. 20 h à 21 h 30	CLSB	2016-01-18	15 sem.	175 $
DANS3108	53	11 à 14 ans Ballet-pointes	Mar. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2016-01-19	15 sem.	175 $
DANS3108	54	15 ans et +, avancé Ballet-pointes	Lun. 18 h 30 à 20 h	CLSB	2016-01-18	15 sem.	175 $
DANS3108	55	15 ans et +, avancé Pointes et néo	Mar. 19 h 45 à 21 h 15	CLSB	2016-01-19	15 sem.	175 $
DANS3118	51	15 ans et + *Stretching* et *workout* de ballet	Lun. 17 h 30 à 18 h 30	CLSB	2016-01-18	15 sem.	130 $
DANS3118	52	15 ans et + *Stretching* et *workout* de ballet	Mer. 17 h 30 à 18 h 30	CLSB	2016-01-20	15 sem.	130 $
DANS3109	51	8 à 11 ans Concentration ballet	Mar., jeu. 16 h à 18 h Sam. 10 h à 12 h	CLSB	2016-01-19	18 sem.	1 100 $
DANS3109	52	12 à 15 ans Concentration ballet	Lun., mer., ven. 16 h 30 à 18 h 30	CLSB	2016-01-18	18 sem.	1 100 $

DANSE FOLKLORIQUE INTERNATIONALE

- Responsables : Fernande Langlais, 418 657-6829, et Lucile Turcot, 418 683-4660
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3011	01	Adultes, débutant	Lun. 18 h 30 à 19 h 30	CLSB	2015-09-14	12 sem.	20 $
DANS3011	02	Adultes, intermédiaire et avancé	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	CLSB	2015-09-14	12 sem.	40 $

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3011	51	Adultes, débutant	Lun. 18 h 30 à 19 h 30	CLSB	2016-01-18	15 sem.	25 $
DANS3011	52	Adultes, intermédiaire et avancé	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	CLSB	2016-01-18	15 sem.	50 $

DANSE SALSA LATINO

- Responsable : Guy Latulippe, 418 656-9705 ou 418 951-4547
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Danse en solo ou en couple

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3084	01	Débutant 1 et 2	Jeu. 19 h 30 à 20 h 30	CLSB	2015-09-17	12 sem.	90 $

DANSE SOCIALE

- Responsable : Guy Latulippe, 418 656-9705 ou 418 951-4547
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Danse en solo ou en couple

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3041	01	Débutant 1 et 2	Mar. 19 h 30 à 20 h 30	CLSB	2015-09-15	12 sem.	90 $

DESSIN (Atelier dirigé)

- Responsable : Françoise Lafleur, 418 658-2356
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Matériel nécessaire : crayons à mine BH et crayons de couleur, encre et pinceaux
- Cours du samedi : regroupement des enfants selon l'âge et le nombre

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AAQL3001	01	5 à 12 ans	Sam. 10 h à 11 h	CLSB	2015-09-26	11 sem.	50 $
DESS3007	01	Adultes	Mar. 18 h 30 à 20 h 30	CLSB	2015-09-15	12 sem.	60 $

HIVER

- Cours du 26 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AAQL3001	51	5 à 12 ans	Sam. 10 h à 11 h	CLSB	2016-01-30	11 sem.	50 $
DESS3007	51	Adultes	Mar. 18 h 30 à 20 h 30	CLSB	2016-01-19	12 sem.	60 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

ESPAGNOL (Conversation)

- Responsable : Patricia Salinas Castaneda, 418 446-3205
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3020	01	Adultes, débutant	Jeu. 18 h 30 à 19 h 30	CLSB	2015-09-17	12 sem.	60 $
LANG3020	02	Adultes, intermédiaire et avancé	Jeu. 19 h 30 à 20 h 30	CLSB	2015-09-17	12 sem.	60 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3020	51	Adultes, débutant	Jeu. 18 h 30 à 19 h 30	CLSB	2016-01-21	12 sem.	60 $
LANG3020	52	Adultes, intermédiaire et avancé	Jeu. 19 h 30 à 20 h 30	CLSB	2016-01-21	12 sem.	60 $

ÉVEIL MUSICAL

- Responsable : Élodie Bernier, 418 222-7615; elo_muzz@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CHAN3002	01	3 à 5 ans	Sam. 9 h à 10 h	CLSB	2015-09-26	12 sem.	70 $

HIVER

- Cours du 26 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CHAN3002	51	3 à 5 ans	Sam. 9 h à 10 h	CLSB	2016-01-30	11 sem.	70 $

GARDIENS AVERTIS

- Responsable : Josée Godin, 418 878-3896
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)
- Matériel nécessaire : une poupée, du papier, un crayon
- Dîner et deux collations à apporter
- Coût du matériel : 16 $

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GARA3001	01	11 à 16 ans	Sam. 8 h 15 à 16 h 30	CLSB	2015-09-19	1 jour	35 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GARA3001	51	11 à 16 ans	Sam. 8 h 15 à 16 h 30	CLSB	2016-01-23	1 jour	35 $

GUITARE CLASSIQUE

- Responsable : Jacques Lavoie, 418 622-0537
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)
- Durée : de 30 à 45 min, selon le niveau des élèves et leur nombre

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSI3002	01	7 ans et +	Lun. 16 h 30 à 19 h 30	CLSB	2015-09-14	12 sem.	155 $/ 17 ans et - 175 $/ 18 ans et +

HIVER

- Cours des 28 mars et 23 mai annulés

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSI3002	51	7 ans et +	Lun. 16 h 30 à 19 h 30	CLSB	2016-01-18	20 sem.	255 $/ 17 ans et - 290 $/ 18 ans et +

GUITARE D'ACCOMPAGNEMENT

- Responsable : Jacques Lavoie, 418 622-0537
- Durée : de 30 à 45 min, selon le niveau des élèves et leur nombre
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSI3003	01	7 ans et +	Lun. 20 h 15 à 21 h 45	CLSB	2015-09-14	12 sem.	155 $/ 17 ans et - 175 $/ 18 ans et +

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

HIVER

- Cours des 28 mars et 23 mai annulés

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSI3003	51	7 ans et +, débutant	Lun. 19 h 30 à 20 h 15	CLSB	2016-01-18	20 sem.	255 $/ 17 ans et - 290 $/ 18 ans et +
MUSI3003	52	7 ans et +, initié	Lun. 20 h 15 à 21 h 45	CLSB	2016-01-18	20 sem.	255 $/ 17 ans et - 290 $/ 18 ans et +

GUITARE ÉLECTRIQUE

- Responsable : Jacques Lavoie, 418 622-0537
- Durée : de 30 à 45 min, selon le niveau des élèves et leur nombre
- Apporter sa guitare, son amplificateur et les fils
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSI3004	01	12 ans et +, débutant et initié	Lun. 16 h 30 à 21 h 45	CLSB	2015-09-14	12 sem.	155 $/ 17 ans et - 175 $/ 18 ans et +

HIVER

- Cours des 28 mars et 23 mai annulés

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSI3004	51	12 ans et +, débutant et initié	Lun. 16 h 30 à 21 h 45	CLSB	2016-01-18	20 sem.	255 $/ 17 ans et - 290 $ 18 ans et +

MANDARIN

- Responsable : Victoria Chen, 418 651-7404; vcmontana@yahoo.com
- Cours d'initiation
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3049	01	16 ans et +, débutant	Jeu. 18 h 30 à 19 h 30	CLSB	2015-09-17	12 sem.	60 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3049	51	16 ans et +, débutant	Jeu. 18 h 30 à 19 h 30	CLSB	2016-01-21	12 sem.	60 $
LANG3049	52	16 ans et +, initié	Jeu. 19 h 30 à 20 h 30	CLSB	2016-01-21	12 sem.	60 $

MARCHE (Club de)

- Responsables : Yves Mercier, 418 658-6125 (lundi), et Claude Trépanier, 418 653-8100 (jeudi)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

- Activité du 12 octobre annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MARC3001	01	18 ans et +	Lun., jeu. 19 h à 20 h	CLSB	2015-09-14	12 sem.	5 $

HIVER

- Activité du 28 mars annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MARC3001	51	18 ans et +	Lun., jeu. 19 h à 20 h	CLSB	2016-01-18	12 sem.	5 $

PEINTURE

- Responsable : Diana Rodriguez-Pinzon, 418 650-6844
- Initiation à la peinture acrylique et aux techniques mixtes
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)
- Coût du matériel en sus

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3008	01	Adultes, débutant	Mer. 18 h 30 à 21 h 30	CLSB	2015-09-16	10 sem.	115 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3008	51	Adultes, débutant	Mer. 18 h 30 à 21 h 30	CLSB	2016-01-20	10 sem.	115 $

SCOUTISME

83e GROUPE SCOUT SAINT-BENOÎT (Activités du)

- Responsable : Ariane Blais-Lacombe, 418 999-3802; ablac@hotmail.com
- Horaire à déterminer
- Chèque de 70 $ libellé à l'ordre des Scouts Saint-Benoît
- Activités des 12 octobre, 15 février, 7 et 28 mars et 23 mai annulées

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCOU3003	01	Louveteaux 9 à 12 ans	Lun. 18 h 30 à 20 h 30	ECVC	2015-09-14	33 sem.	15 $
SCOU3005	01	Éclaireurs 12 à 15 ans	Lun. 19 h à 21 h	ECVC	2015-09-14	33 sem.	15 $
SCOU3002	01	Pionniers 16 à 18 ans	Lun. 19 h à 21 h	ECVC	2015-09-14	33 sem.	15 $

WORKOUT ET TONIFICATION

- Responsable : Maria Elena De La Torre 418 840-0313 (cours du jeudi)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3002	01	18 ans et +	Jeu. 18 h 30 à 19 h 30	EPF	2015-09-17	12 sem.	75 $/1 fois sem. 140 $/2 fois sem.
CARD3002	02	18 ans et +	Mar. 19 h à 20 h	EPF	2015-09-15	12 sem.	75 $/1 fois sem. 140 $/2 fois sem.

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3002	51	18 ans et +	Jeu. 18 h 30 à 19 h 30	EPF	2016-01-21	12 sem.	75 $/1 fois sem. 140 $/2 fois sem.
CARD3002	52	18 ans et +	Mar. 19 h à 20 h	EPF	2016-01-19	12 sem.	75 $/1 fois sem. 140 $/2 fois sem.

ZUMBA

- Responsable : Maria Elena De La Torre, 418 840-0313
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3012	01	18 ans et +	Jeu. 19 h 30 à 20 h 30	EPF	2015-09-17	12 sem.	75 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3012	51	18 ans et +	Jeu. 19 h 30 à 20 h 30	EPF	2016-01-21	12 sem.	75 $

CLUB FADOQ BONNE-ENTENTE INC. (Activités du)

- Renseignements : Micheline Bertrand, 418 658-8033
- Bureau situé au centre de loisirs Pie-XII (CLSB) : ouvert le lundi, de 13 h 30 à 15 h, et le mercredi, de 10 h à 11 h 30, du 14 septembre au 9 décembre et du 11 janvier au 27 avril
- Inscription : 9 septembre, de 9 h à 11 h 30 et de 13 h à 15 h 30, au centre de loisirs Pie-XII
- Carte de membre : 25 $ (obligatoire pour participer aux activités)
- Relâche du 12 décembre au 9 janvier

ANGLAIS

- Responsable : Mme Cletus Héreault, 418 650-0932
- Cours d'anglais
- Inscription : 9 septembre

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3028	01	Intermédiaire 1R	Mer. 10 h à 11 h 30	CLSB	2015-09-16	12 sem.	68 $
LANG3029	01	Intermédiaire 1A	Mar. 10 h à 11 h 30	CLSB	2015-09-15	12 sem.	68 $
LANG3029	02	Intermédiaire 2	Mar. 12 h 45 à 14 h 15	CLSB	2015-09-15	12 sem.	68 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3028	51	Intermédiaire 1R	Mer. 10 h à 11 h 30	CLSB	2016-01-13	12 sem.	68 $
LANG3029	51	Intermédiaire 1A	Mar. 10 h à 11 h 30	CLSB	2016-01-12	12 sem.	68 $
LANG3029	52	Intermédiaire 2	Mar. 12 h 45 à 14 h 15	CLSB	2016-01-12	12 sem.	68 $

BILLARD LIBRE

- Responsable : Arthur Lemay, 418 650-2510
- Tournois les jeudis
- Activités du 12 octobre, des 25 et 28 mars annulées

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BILL3001	01	Membres	Lun. au ven. 9 h à 11 h 30 Lun. au ven. 13 h à 16 h 30	CLSB	2015-09-14	33 sem.	20 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

BRIDGE

- Responsables : Laurent Lamoureux, 418 658-8033; Jean-Yves Uhel, 418 658-6273

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BRID3008	01	Membres	Ven. 13 h à 15 h 30	CLSB	2015-09-18	13 sem.	Gratuit

HIVER

- Activité du 25 mars annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BRID3008	51	Membres	Ven. 13 h à 15 h 30	CLSB	2016-01-15	15 sem.	Gratuit

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- Responsable : Carmen Thibeault, 418 651-3826
- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3004	01	Membres	Lun. 10 h 45 à 11 h 45 Jeu. 9 h à 10 h	CLSB	2015-09-14	30 sem.	Gratuit

DANSE EN LIGNE

- Responsable : Diane Arteau-Nolin, 418 660-2682
- Cours du 12 octobre annulé

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3067	01	Débutant	Lun. 15 h à 16 h 30	CLSB	2015-09-14	12 sem.	60 $
DANS3026	01	Intermédiaire 1	Mar. 15 h à 16 h 30	CLSB	2015-09-15	12 sem.	60 $
DANS3100	01	Intermédiaire 2	Mer. 15 h à 16 h 30	CLSB	2015-09-16	12 sem.	60 $
DANS3030	01	Intermédiaire 3	Lun. 13 h 15 à 14 h 45	CLSB	2015-09-14	12 sem.	60 $
DANS3030	02	Intermédiaire 4	Mer. 13 h à 14 h 30	CLSB	2015-09-16	12 sem.	60 $
DANS3030	03	Intermédiaire 5	Lun. 9 h à 10 h 30	CLSB	2015-09-14	12 sem.	60 $
DANS3102	01	Intermédiaire 6	Mar. 12 h 45 à 14 h 15	CLSB	2015-09-15	12 sem.	60 $

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3067	51	Débutant	Lun. 15 h à 16 h 30	CLSB	2016-01-11	15 sem.	75 $
DANS3026	51	Intermédiaire 1	Mar. 15 h à 16 h 30	CLSB	2016-01-12	15 sem.	75 $
DANS3100	51	Intermédiaire 2	Mer. 15 h à 16 h 30	CLSB	2016-01-13	15 sem.	75 $
DANS3030	51	Intermédiaire 3	Lun. 13 h 15 à 14 h 45	CLSB	2016-01-11	15 sem.	75 $
DANS3030	52	Intermédiaire 4	Mer. 13 h à 14 h 30	CLSB	2016-01-13	15 sem.	75 $
DANS3030	53	Intermédiaire 5	Lun. 9 h à 10 h 30	CLSB	2016-01-11	15 sem.	75 $
DANS3102	51	Intermédiaire 6	Mar. 12 h 45 à 14 h 15	CLSB	2016-01-12	15 sem.	75 $

SCRABBLE LIBRE ET DUPLICATA

- Responsables : Laurence Bilodeau, 418 653-8903, et Francine Léveillée, 418 836-2066
- Activités des 12 octobre et 28 mars annulées

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCRA3003	02	Membres	Lun., jeu. 13 h à 15 h 45	CLSB	2015-09-14	30 sem.	Gratuit

Saint-Denys

- Renseignements : loisirs.stefoy@gmail.com ou 418 641-6301, poste 4083 (boîte vocale)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

BADMINTON (Libre)

- Responsable : François Lesage, 418 653-3504
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3010	01	Adultes, intermédiaire et avancé	Mar. 19 h à 22 h	ESV	2015-09-15	12 sem.	40 $
BADM3010	02	Adultes, intermédiaire et avancé	Mer. 19 h à 22 h	ESV	2015-09-16	12 sem.	40 $
BADM3010	03	Adultes, intermédiaire et avancé	Ven. 19 h 30 à 22 h 30	ESV	2015-09-18	12 sem.	40 $

HIVER

- Cours du 25 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3010	51	Adultes, intermédiaire et avancé	Mar. 19 h à 22 h	ESV	2016-01-19	12 sem.	40 $
BADM3010	52	Adultes, intermédiaire et avancé	Mer. 19 h à 22 h	ESV	2016-01-20	12 sem.	40 $
BADM3010	53	Adultes, intermédiaire et avancé	Ven. 19 h 30 à 22 h 30	ESV	2016-01-22	12 sem.	40 $

Saint-Jean-Baptiste-De La Salle

O.P.L. Saint-Jean-Baptiste-De La Salle inc.

- Programmation présentée sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) en août 2015

CLUB FADOQ SAINT-JEAN-BAPTISTE-DE LA SALLE INC. (Activités du)

- Renseignements : au local du club (CSSJB), durant les activités ou sur le site Internet du club (https://sites.google.com/site/clubsjbl/home)
- Adhésion : 25 $ par an, par courriel : registraire.clubsjbl@gmail.com
- Durée : du 14 septembre au 5 mai
- Relâche : du 21 décembre au 11 janvier
- Programmation complète du club : https://sites.google.com/site/clubsjbl/home; clubsjbl@gmail.com

BRIDGE DUPLICATA

- Responsable : Jean-Marie Ratthé, 418 353-6802

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BRID3020	01	Membres	Mar. 18 h 45 à 22 h	CLSJB	2015-09-15	31 sem.	2 $/fois

CARTES (Bridge, Pepper, 500)

- Responsable : Jean-Guy Émond, 418 659-5655

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BRID3020	02	Membres	Jeu. 13 h à 16 h	CLSJB	2015-09-17	31 sem.	Gratuit

PÉTANQUE INTÉRIEURE

- Responsable : Gaétanne Lessard, 418 914-3344
- Activités des 12 octobre et 28 mars annulées

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PETA3003	01	Membres	Lun. 13 h à 16 h	CLSJB	2015-09-14	29 sem.	Gratuit

WHIST MILITAIRE

- Responsable : Yves Pelletier, 418 653-6759

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CART3003	01	Membres	Jeu. 13 h à 16 h	CLSJB	2015-09-24	1 fois/ mois	3 $/fois

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

Saint-Louis-de-France

Corporation des loisirs Saint-Louis-de-France inc.

- Réduction de 50 % accordée au 2e enfant de la famille et aux suivants inscrits à la même activité

Fête des Neiges

- Responsable : Damien de Halleux, damien.de.halleux@sympatico.ca
- Glissade sur chambres à air, sculpture de neige, dégustation de tire d'érable, distribution de chocolat chaud, collations et autres activités (tout est gratuit)
- 27 février, de 13 h à 17 h (activité annulée si les conditions climatiques sont peu clémentes)
- Parc Sainte-Isabelle, à l'angle des rues de Tournai et William-Stuar

ALLEMAND

- Responsable : Nana Frieden, 418 653-7467, nanafrieden@gmail.com
- Conversation
- Livre obligatoire : *Themen Aktuell 1* ou *2*, selon le niveau
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3046	01	Adultes, débutant	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2015-09-14	10 sem.	90 $
LANG3046	02	Adultes, intermédiaire	Jeu. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2015-09-17	10 sem.	90 $
LANG3046	03	Adultes, conversation	Mar. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2015-09-15	10 sem.	90 $

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3046	51	Adultes, débutant	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2016-01-18	15 sem.	135 $
LANG3046	52	Adultes, intermédiaire	Jeu. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2016-01-21	15 sem.	135 $
LANG3046	53	Adultes, conversation	Mar. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2016-01-19	15 sem.	135 $

BADMINTON (Libre)

- Responsable : Robert Lagacé, 418 659-5177, robert.lagace.qc@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)
- Inscription en cours de session ou à un seul trimestre : auprès du responsable
- Inscription à plus d'une rencontre par semaine

  - de 12 à 17 ans : 15 $ par soir supplémentaire à l'automne et 7 $ par soir supplémentaire à l'hiver
  - 18 ans ou + : 30 $ par soir supplémentaire à l'automne et 15 $ par soir supplémentaire à l'hiver
- Relâche du 19 décembre au 17 janvier

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3013	01	12 à 17 ans	Mar. 19 h 30 à 22 h	ESY	2015-09-15	30 sem.	30 $
BADM3013	02	12 à 17 ans	Mer. 19 h 30 à 22 h	ESY	2015-09-16	30 sem.	30 $
BADM3013	03	12 à 17 ans	Jeu. 19 h 30 à 22 h	ESY	2015-09-17	30 sem.	30 $
BADM3014	01	18 ans et +	Mar. 19 h 30 à 22 h	ESY	2015-09-15	30 sem.	60 $
BADM3014	02	18 ans et +	Mer. 19 h 30 à 22 h	ESY	2015-09-16	30 sem.	60 $
BADM3014	03	18 ans et +	Jeu. 19 h 30 à 22 h	ESY	2015-09-17	30 sem.	60 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3013	51	12 à 17 ans	Mar. 19 h 30 à 22 h	ESY	2016-01-19	16 sem.	15 $
BADM3013	52	12 à 17 ans	Mer. 19 h 30 à 22 h	ESY	2016-01-20	16 sem.	15 $
BADM3013	53	12 à 17 ans	Jeu. 19 h 30 à 22 h	ESY	2016-01-21	16 sem.	15 $
BADM3014	51	18 ans et +	Mar. 19 h 30 à 22 h	ESY	2016-01-19	16 sem.	30 $
BADM3014	52	18 ans et +	Mer. 19 h 30 à 22 h	ESY	2016-01-20	16 sem.	30 $
BADM3014	53	18 ans et +	Jeu. 19 h 30 à 22 h	ESY	2016-01-21	16 sem.	30 $

BASKET (MINI)

- Responsable : Robert Lagacé, 418 659-5177, robert.lagace.qc@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)
- Relâche du 19 décembre au 17 janvier

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BASK3003	01	8 à 12 ans, débutant et intermédiaire	Mer. 18 h à 19 h 15	ESL2	2015-09-23	24 sem.	70 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BASK3003	51	8 à 12 ans, débutant et intermédiaire	Mer. 18 h à 19 h 15	ESL2	2016-01-20	12 sem.	35 $

CHANT CHORAL

ENSEMBLE VOCAL INTERMEZZO (Activités du)

- Responsable : Marguerite Pouliot, 418 843-9546; ppprayнald@videotron.ca
- Prestations dans les résidences de personnes âgées : en décembre, en avril et en mai
- Concert bénéfice au printemps
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)
- Relâche de juin à septembre

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CHAN3004	01	Adultes	Mer. 19 h à 21 h 30	CLSLF	2015-09-16	14 sem.	65 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CHAN3004	51	Adultes	Mer. 19 h à 21 h 30	CLSLF	2016-01-20	17 sem.	65 $

CLUB SOCIAL ENTRE-NOUS (Activités du)

- Responsable : Lise Veilleux, 418 651-9924, lisegv1941@hotmail.com
- Sorties, soupers, conférences : une fois par mois
- Relâche du 19 décembre au 17 janvier

BRIDGE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACSO3006	01	Aînés	Jeu. 18 h 30 à 22 h 30	CLSLF	2015-09-17	35 sem.	35 $

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- Responsable : Chantal Rhéaume, 418 977-4687; chantalrheaume@gmail.com
- Entraînement complet et varié avec des accessoires (ballons, tapis, petits poids, bandes élastiques, *steps*, etc.)
- Amélioration du système cardiovasculaire, de l'endurance, de la musculation, de la stabilité et de la souplesse
- Conseils posturaux pour éviter les blessures
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3006	01	Adultes	Lun. 19 h 30 à 20 h 40	ESL2	2015-09-14	12 sem.	65 $/1 fois sem. 110 $/2 fois sem.
COND3006	02	Adultes	Mer. 19 h 30 à 20 h 40	ESL2	2015-09-16	12 sem.	65 $/1 fois sem. 110 $/2 fois sem.

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3006	51	Adultes	Lun. 19 h 30 à 20 h 40	ESL2	2016-01-18	12 sem.	65 $/1 fois sem. 110 $/2 fois sem.
COND3006	52	Adultes	Mer. 19 h 30 à 20 h 40	ESL2	2016-01-20	12 sem.	65 $/1 fois sem. 110 $/2 fois sem.

DANSE FOLKLORIQUE CHINOISE

- Responsable : Ying Qin (Jin Yang), 418 658-4058, yani.yb@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3116	02	18 ans ou +, femmes	Dim. 13 h 30 à 15 h 30	ESL2	2015-09-20	12 sem.	70 $

HIVER

- Cours du 27 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3116	52	18 ans ou +, femmes	Dim. 13 h 30 à 15 h 30	ESL2	2016-01-24	21 sem.	130 $

DESSIN

- Responsable : Claude Soucy, 418 653-3858; soucyclaude@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)
- Coût du matériel en sus

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3001	01	8 à 18 ans, débutant et intermédiaire	Sam. 9 h 30 à 11 h 30	CLSLF	2015-09-19	12 sem.	50 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

HIVER

- Cours du 26 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3001	51	8 à 18 ans, débutant et intermédiaire	Sam. 9 h 30 à 11 h 30	CLSLF	2016-01-23	18 sem.	75 $

ESPAGNOL

- Responsable : Claudia Janeth Munoz, 581 991-0859, cj.munoz@hotmail.com
- Conversation
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)
- Coût du matériel en sus
- Communiquer avec la responsable s'il s'avère nécessaire de déterminer son niveau

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3009	01	Adultes, débutant 1	Lun. 18 h 30 à 20 h 30	CLSLF	2015-09-14	12 sem.	110 $
LANG3009	02	Adultes, débutant 1	Lun. 9 h 30 à 11 h 30	CLSLF	2015-09-14	12 sem.	110 $
LANG3009	03	Adultes, débutant 2	Lun. 13 h 30 à 15 h 30	CLSLF	2015-09-14	12 sem.	110 $
LANG3010	01	Adultes, intermédiaire 1	Mar. 18 h 30 à 20 h 30	CLSLF	2015-09-15	12 sem.	110 $
LANG3010	02	Adultes, intermédiaire 1	Mer. 9 h 30 à 11 h 30	CLSLF	2015-09-16	12 sem.	110 $
LANG3010	03	Adultes, intermédiaire 2	Mer. 13 h 30 à 15 h 30	CLSLF	2015-09-16	12 sem.	110 $
LANG3011	01	Adultes, avancé	Mer. 18 h 30 à 20 h 30	CLSLF	2015-09-16	12 sem.	110 $
LANG3011	02	Adultes, avancé	Jeu. 13 h 30 à 15 h 30	CLSLF	2015-09-17	12 sem.	110 $
LANG3037	01	Conversation	Jeu. 18 h 30 à 20 h 30	CLSLF	2015-09-17	12 sem.	110 $

HIVER

- Cours du 26 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3009	51	Adultes, débutant 1	Lun. 18 h 30 à 20 h 30	CLSLF	2016-01-18	15 sem.	135 $
LANG3009	52	Adultes, débutant 1	Lun. 9 h 30 à 11 h 30	CLSLF	2016-01-18	15 sem.	135 $
LANG3009	53	Adultes, débutant 2	Lun. 13 h 30 à 15 h 30	CLSLF	2016-01-18	15 sem.	135 $

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3010	51	Adultes, intermédiaire 1	Mar. 18 h 30 à 20 h 30	CLSLF	2016-01-19	15 sem.	135 $
LANG3010	52	Adultes, intermédiaire 1	Mer. 9 h 30 à 11 h 30	CLSLF	2016-01-20	15 sem.	135 $
LANG3010	53	Adultes, intermédiaire 2	Mer. 13 h 30 à 15 h 30	CLSLF	2016-01-20	15 sem.	135 $
LANG3011	51	Adultes, avancé	Jeu. 13 h 30 à 15 h 30	CLSLF	2016-01-21	15 sem.	135 $
LANG3037	51	Conversation	Jeu. 18 h 30 à 20 h 30	CLSLF	2016-01-21	15 sem.	135 $

INFORMATIQUE ET LOGICIELS LIBRES

- Responsable : Gabriel Cossette, 418 476-2218, info@linuq.org
- Ateliers portant sur l'initiation aux logiciels libres, leur utilisation et leur installation
- Inscription : en ligne, sur le site de Linuq (www.linuq.com)
- Deux samedis par mois, d'octobre à juin
- Programme détaillé : www.linuq.org

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
INFO3001	01	12 ans ou +	Sam. 12 h à 17 h	CLSLF	2015-10-03	En continu	30 $/an

CLUB FAMILLE SAINT-LOUIS (Activités du)

- Responsable : Mélanie Préfontaine, 418 914-8929, melp11@hotmail.com
- Activités préscolaires
- Information et préinscription : clubfamillest-louis.blogspot.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)
- Possibilité de s'inscrire en cours de session

AUTOMNE

- Activité du 12 octobre annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACVA3003	01	0 à 5 ans	Lun. 9 h à 11 h 30	CLSLF	2015-09-14	12 sem.	15 $

HIVER

- Activités des 28 mars et 23 mai annulées

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACVA3003	51	0 à 5 ans	Lun. 9 h à 11 h 30	CLSLF	2016-01-18	18 sem.	15 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

SCOUTISME

54e GROUPE SCOUT SAINT-LOUIS-DE-FRANCE (Activités du)

- Responsable : Christian Soucy, 418 657-1653
- Activités axées sur l'entraide, le respect de l'environnement, l'amour du plein air et les techniques de survie
- Information et préinscription : par courriel (scouts.stu@gmail.com)
- Inscription : le 3 septembre, de 18 h 30 à 20 h 30, au sous-sol de l'église Sainte-Ursule (SSESU)
- Réunions hebdomadaires, trois camps d'une fin de semaine (automne, hiver et printemps)
- Activités offertes en collaboration avec la Corporation des loisirs de Sainte-Ursule

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCOU3001	01	7 à 17 ans	À déterminer	SSESU	2015-09-14	40 sem.	110 $

SCULPTURE SUR BOIS

- Responsable : Pierre Goulet, 418 877-2143
- Ateliers portant sur la sculpture sur du bois
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCUP3001	01	Adultes	Mer. 19 h à 22 h	CLSLF	2015-09-16	13 sem.	35 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCUP3001	51	Adultes	Mer. 19 h à 22 h	CLSLF	2016-01-20	14 sem.	40 $

SOCCER

- Responsable : Robert Lagacé, 418 659-5177, robert.lagace.qc@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)
- Activité offerte en collaboration avec le club de soccer des Caravelles de Sainte-Foy–Sillery

AUTOMNE

- Inscription à plus d'une activité par semaine : 30 $ par soir supplémentaire
- Activité du 12 octobre annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3026	01	Adultes	Lun. 20 h 15 à 22 h 15	ESY	2015-10-05	28 sem.	60 $
SOCC3026	02	Adultes	Ven. 18 h 15 à 20 h 15	ESY	2015-10-09	28 sem.	60 $
SOCC3026	03	Adultes	Ven. 20 h 15 à 22 h 15	ESY	2015-10-09	28 sem.	60 $

HIVER

- Inscription à plus d'une activité par semaine : 15 $ par soir supplémentaire
- Activités des 25 et 28 mars et 23 mai annulées

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3026	51	Adultes	Lun. 20 h 15 à 22 h 15	ESY	2016-01-25	18 sem.	35 $
SOCC3026	52	Adultes	Ven. 18 h 15 à 20 h 15	ESY	2016-01-29	18 sem.	35 $
SOCC3026	53	Adultes	Ven. 20 h 15 à 22 h 15	ESY	2016-01-29	18 sem.	35 $

SOCCER (Femmes)

- Responsable : Robert Lagacé, 418 659-5177, robert.lagace.qc@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)
- Activité offerte en collaboration avec le club de soccer des Caravelles de Sainte-Foy–Sillery

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3007	01	18 ans ou +	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	ESV	2016-10-05	10 sem.	20 $

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3007	51	18 ans ou +	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	ESV	2016-01-18	16 sem.	30 $

TABLETTE

- Responsable : Renald Samson, 418 659-7851; samren@videotron.ca
- Initiation à l'*I-Pad*
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)
- Apporter sa tablette *I-Pad* (Apple)
- Identifiant Apple nécessaire

AUTOMNE

- Cours du 7 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
INFO3002	01	55 ans ou +, débutant	Mer. 10 h à 12 h	CLSLF	2015-09-23	8 sem.	80 $
INFO3002	02	55 ans ou +, débutant	Mer. 13 h 30 à 15 h 30	CLSLF	2015-09-23	8 sem.	80 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
INFO3002	51	55 ans ou +, débutant	Mer. 10 h à 12 h	CLSLF	2016-01-20	8 sem.	80 $
INFO3002	52	55 ans ou +, débutant	Mer. 13 h 30 à 15 h 30	CLSLF	2016-01-20	8 sem.	80 $
INFO3002	53	55 ans ou +, débutant	Jeu. 13 h 30 à 15 h 30	CLSLF	2016-01-21	8 sem.	80 $

CLUB FADOQ SAINT-LOUIS-DE-FRANCE (Activités du)

- Inscription : auprès de Ghislaine Lemay, 418 651-9869
- Inscription aux parties de whist : lors des activités ou auprès d'Hélène Beaudoin, 418 688-3912
- Parties de whist militaire le premier vendredi du mois, de 13 h 30 à 18 h
- Relâche du 11 décembre au 18 janvier

ACTIVITÉS HABITUELLES

- Parties de cartes, de rummy, de scrabble, de ping-pong, de pétanque-atout, jeu de fléchettes, etc.

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3002	01	Aînés	Mer. 13 h à 17 h	CLSLF	2015-09-09	36 sem.	24 $/membres 10 $/amis

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- Responsable : Céline Lamontagne, 418 651-2953
- Activité s'adressant exclusivement aux membres du club

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3010	01	Membres	Mer. 10 h à 11 h	CLSLF	2015-09-09	36 sem.	Gratuit

DANSE EN LIGNE

- Responsable : à déterminer

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3022	01	Membres	Mar. 10 h à 11 h	CLSLF	2015-09-15	36 sem.	6 $/fois

DESSIN ET PEINTURE

- Responsable : Pierre Dachdjan, 418 658-7397
- Activité s'adressant exclusivement aux membres du club

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3115	01	Aînés	Mer. 13 h 30 à 16 h	CLSLF	2015-09-09	36 sem.	Gratuit

TRICOT (Cours de)

- Responsable : Jeannine Belec, 418 658-7397
- Apporter ses aiguilles et sa laine

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TRIC3002	01	Membres	Mer. 13 h à 15 h	CLSLF	2015-09-09	14 sem.	Gratuit

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TRIC3002	51	Membres	Mer. 13 h à 15 h	CLSLF	2016-01-13	13 sem.	Gratuit

Saint-Mathieu

- Renseignements : loisirs.stefoy@gmail.com ou 418 641-6301, poste 4083 (boîte vocale)

BADMINTON

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3001	01	Adultes, intermédiaire	Ven. 20 h à 22 h	ECSM	2015-09-18	12 sem.	40 $

HIVER

- Activité du 25 mars annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3001	51	Adultes, intermédiaire	Ven. 20 h à 22 h	ECSM	2016-01-22	12 sem.	40 $

CINÉ-CLUB (Activités du)

- Responsable : Huguette Dugas, 418 524-7883
- Échanges portant sur les films à l'affiche
- Coût du matériel : 5 $, payables au premier cours
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Rencontres : 15 septembre, 13 octobre, 10 novembre et 8 décembre

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CINE3002	02	50 ans ou +,	Mar. 13 h 30 à 16 h	CLSM	2015-09-15	4 rencontres	15 $

HIVER

- Rencontres : 19 janvier, 9 février, 8 mars et 12 avril

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CINE3002	52	50 ans ou +,	Mar. 13 h 30 à 16 h	CLSM	2016-01-19	4 rencontres	15 $

KARATÉ KENPO

- Responsable : France Fiset, 418 653-9891
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Coût de l'examen et de la ceinture en sus

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
KARA3002	01	4 ans ou +	Ven. 18 h 30 à 19 h 30	ECSM	2015-09-18	12 sem.	60 $

HIVER

- Cours du 25 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
KARA3002	51	4 ans ou +	Ven. 18 h 30 à 19 h 30	ECSM	2016-01-22	12 sem.	60 $

SOCCER INTÉRIEUR (Enfants)

- Responsable : L. Chergui, 418 327-1215
- Parties de soccer, acquisition des habiletés de base et coordination des mouvements
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3002	01	5 à 7 ans	Sam. 9 h à 10 h 30	ECSM	2015-09-19	12 sem.	50 $
SOCC3002	02	8 à 10 ans	Sam. 10 h 30 à 12 h	ECSM	2015-09-19	12 sem.	50 $

HIVER

- Cours du 26 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3002	51	5 à 7 ans	Sam. 9 h à 10 h 30	ECSM	2016-01-23	12 sem.	50 $
SOCC3002	52	8 à 10 ans	Sam. 10 h 30 à 12 h	ECSM	2016-01-23	12 sem.	50 $

SOCCER INTÉRIEUR (Adultes)

- Responsable : 418 641-6301, poste 4083 (boîte vocale); loisirs.stefoy@gmail.com
- Avoir déjà pratiqué le soccer (un peu)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3005	01	40 ans ou +, récréatif	Mer. 19 h 45 à 21 h 45	ECSM	2015-09-16	14 sem.	40 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3005	51	40 ans ou +, récréatif	Mer. 19 h 45 à 21 h 45	ECSM	2016-01-20	14 sem.	40 $

VOLLEYBALL

- Responsables : Joël Filion (débutant), 418 454-6151, jo_filion@hotmail.com, et Kevin Lavoie (intermédiaire), kevin.lavoie3@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VOLL3004	01	Adultes, intermédiaire	Jeu. 18 h 30 à 22 h 30	ECSM	2015-09-17	12 sem.	40 $
VOLL3004	02	18 à 40 ans, débutant	Lun. 19 h 45 à 21 h 45	ECSM	2015-09-14	12 sem.	40 $

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VOLL3004	51	Adultes, intermédiaire	Jeu. 18 h 30 à 22 h 30	ECSM	2016-01-21	12 sem.	40 $
VOLL3004	52	18 à 40 ans, débutant	Lun. 19 h 45 à 21 h 45	ECSM	2016-01-18	12 sem.	40 $

ZUMBA

- Responsable : Valérie Laliberté, 418 262-8253; val.laliberte@hotmail.com
- Programme de conditionnement physique colombien s'appuyant sur des rythmes et des chorégraphies inspirés des danses latines (salsa, merengue, cumbia, reggaeton, kuduro, etc.)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3010	01	Adultes	Mer. 18 h 30 à 19 h 30	ECSM	2015-09-16	12 sem.	85 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3010	51	Adultes	Mer. 18 h 30 à 19 h 30	ECSM	2016-01-20	12 sem.	85 $

CLUB FADOQ SAINT-MATHIEU-APÔTRE (Activités du)

- Inscription : lors des activités ou auprès de Lisette Mercier, 418 650-6552
- Salon de quilles Quillorama Frontenac, 2020, rue Cyrille-Duquet
- Relâche du 5 décembre au 13 janvier

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3006	01	50 ans ou +	Mer. 13 h à 16 h	CLSM	2015-09-09	33 sem.	25 $

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- Responsables : Henri-Paul Gervais, 418 650-6552, et Lisette Mercier, 418 650-6552

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3005	01	Membres du club	Mar., jeu. 10 h à 11 h	CLSM	2015-09-15	12 sem.	Gratuit

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3005	51	Membres du club	Mar., jeu. 10 h à 11 h	CLSM	2016-01-19	15 sem.	Gratuit

QUILLES (Grosses)

- Responsables : Jean-Marc Pageau, 418 626-9133, et Claude Laferrière, 418 656-9484

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
QUIL3001	01	Retraités	Lun. 9 h 15 à 11 h 30	Quillorama	2016-08-18	33 sem.	11 $/sem.

Saint-Thomas-d'Aquin

- Renseignements : loisirs.stefoy@gmail.com ou 418 641-6301, poste 4083 (boîte vocale)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

ANGLAIS

- Responsable : Marie-Thérèse Chagnon, 418 688-1163
- Conversation et théorie
- Exigence : base en anglais (sauf pour le cours débutant 1)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3004	01	Adultes, débutant 1	Mar. 19 h à 21 h	CLST	2015-09-15	12 sem.	100 $
LANG3004	02	Adultes, débutant 2	Mer. 19 h à 21 h	CLST	2015-09-16	12 sem.	100 $
LANG3004	03	Adultes, pré-intermédiaire 1	Jeu. 19 h à 21 h	CLST	2015-09-17	12 sem.	100 $
LANG3004	04	Adultes, pré-intermédiaire 2	Lun. 19 h à 21 h	CLST	2015-09-14	12 sem.	100 $

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3004	51	Adultes, débutant 1	Mar. 19 h à 21 h	CLST	2016-01-19	12 sem.	100 $
LANG3004	52	Adultes, débutant 2	Mer. 19 h à 21 h	CLST	2016-01-20	12 sem.	100 $
LANG3004	53	Adultes, pré-intermédiaire 1	Jeu. 19 h à 21 h	CLST	2016-01-21	12 sem.	100 $
LANG3004	54	Adultes, pré-intermédiaire 2	Lun. 19 h à 21 h	CLST	2016-01-18	12 sem.	100 $

CUISINE ALGÉRIENNE ET MÉDITÉRRANÉENNE

- Responsable : Thouria Nafa, 418 832-9326
- Cuisine familiale, cours de base
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Achat de nourriture : 60 $, payables au premier cours

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CUIS3002	01	16 ans ou +	Mar. 19 h à 21 h	CLST	2015-09-22	10 sem.	105 $

ÉCHECS

CLUB D'ÉCHECS DE SAINTE-FOY (Activités du)

- Responsable : Charles Tremblay, 418 440-8611
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Tournois tous les samedis et le dernier vendredi du mois, cours d'échecs

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ECHE3001	01	Jeunes et adultes, débutant à avancé	Sam. 10 h à 17 h	CLST	2015-09-12	15 sem.	25 $

HIVER

- Activités des 20 février et 26 mars annulées

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ECHE3001	51	Jeunes et adultes, débutant à avancé	Sam. 10 h à 17 h	CLST	2016-01-16	20 sem.	15 $

JEUX DE RÔLES

- Responsable : Marie-Claude Lachapelle, 418 877-9526
- Donjons et dragons, *War Hammer*, *Spycraft*, etc.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DJDG3005	01	11 à 15 ans	Dim. 9 h à 12 h	CCNB	2015-09-20	12 sem.	75 $

HIVER

- Cours du 27 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DJDG3005	51	11 à 15 ans	Dim. 9 h à 12 h	CCNB	2016-01-24	12 sem.	75 $

PEINTURE À L'HUILE ET À L'ACRYLIQUE

- Responsable : Lise Lacroix, 418 686-1731
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3004	01	14 à 17 ans 18 ans ou +	Mer. 19 h à 21 h 30	CLST	2015-09-16	12 sem.	90 $ 100 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3004	51	14 à 17 ans 18 ans ou +	Mer. 19 h à 21 h 30	CLST	2016-01-20	12 sem.	90 $ 100 $

SCOUTISME

SCOUTS 50e GROUPE (Activités du)

- Responsable : Lysandre Berger, 418 780-5468

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCOU3009	01	7 à 17 ans	Jeu. 18 h 30 à 20 h 30 Ven. 18 h 30 à 20 h 30	CLST	2015-09-17	13 sem.	Selon les activités

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCOU3009	51	7 à 17 ans	Jeu. 18 h 30 à 20 h 30 Ven. 18 h 30 à 20 h 30	CLST	2016-01-14	21 sem.	Selon les activités

TRAVAUX TEXTILES

- Responsable : Rita Giguère, 418 527-1027
- Cours d'initiation et ateliers : couture, tissage, tricot, broderie, dentelle
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Coût du matériel en sus

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TEXT3001	01	Adultes	Mar. 13 h à 15 h 30	CLST	2015-09-15	24 sem.	20 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TEXT3001	51	Adultes	Mar. 13 h à 15 h 30	CLST	2016-01-19	12 sem.	15 $

CLUB DE L'ÂGE CORDIAL SAINT-THOMAS-D'AQUIN INC. (Activités du)

- Responsable : Jean-Marie Côté, 418 527-7829
- Inscription

  - aux activités du mercredi : 3 septembre, de 12 h 30 à 13 h 15
  - au cours de conditionnement physique : 11 septembre, à 9 h 30

ACTIVITÉS DU MERCREDI

- Parties de bridge, de 500, de *skip-bo*, de scrabble, repas en groupe, célébration de l'Halloween, de Noël, de la Saint-Valentin, etc.

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3007	01	Adultes	Mer. 13 h 15 à 16 h 30	EGTHO	2015-09-02	34 sem.	12 $/carte de membre et 2 $/sem.

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3007	02	Adultes	Jeu. 10 h à 11 h	EGTHO	2015-09-10	30 sem.	3 $/sem.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

Sainte-Geneviève

Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

Fête de L'Halloween

- Responsable : Monique Joncas, 418 650-1204
- 24 octobre, de 13 h 30 à 18 h 30
- Présentation d'une pièce de théâtre, de contes, dégustation de bonbons, projection d'un film et parties de bingo (activités gratuites)
- Endroit : centre communautaire Claude-Allard (CCCA)

Fête d'hiver

- Renseignements : loisirs.stefoy@gmail.com ou 418 641-6301, poste 4083 (boîte vocale)
- Responsable : Roger Constantineau, 418 653-7847
- 20 février, de 9 h à 19 h
- Sculptures sur des blocs de neige, jeux gonflables, projection d'un film, dégustation de chocolat chaud et de maïs soufflé (gratuits), souper (7 $)
- Endroit : centre communautaire Claude-Allard (CCCA)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

BADMINTON (Libre)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Activité du 12 octobre annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3005	01	Adultes	Lun. 19 h à 22 h	ESG	2015-09-14	12 sem.	40 $
BADM3005	02	Adultes	Mer. 19 h à 22 h	ESG	2015-09-16	12 sem.	40 $

HIVER

- Activité du 28 mars annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3005	51	Adultes	Lun. 19 h à 22 h	ESG	2016-01-18	12 sem.	40 $
BADM3005	52	Adultes	Mer. 19 h à 22 h	ESG	2016-01-20	12 sem.	40 $

BADMINTON (Location de courts)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3018	01	Adultes	Ven. 19 h à 20 h 30	ESG	2015-09-18	12 sem.	150 $
BADM3018	02	Adultes	Ven. 20 h 30 à 22 h	ESG	2015-09-18	12 sem.	150 $

HIVER

- Activité du 25 mars annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3018	51	Adultes	Ven. 19 h à 20 h 30	ESG	2016-01-22	12 sem.	150 $
BADM3018	52	Adultes	Ven. 20 h 30 à 22 h	ESG	2016-01-22	12 sem.	150 $

BALLET CLASSIQUE

- Responsable : Line Parent, 418 626-6570
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3010	01	4 à 6 ans, niveau 1	Ven. 19 h à 20 h	CCCA	2015-09-18	12 sem.	45 $

HIVER

- Activité du 25 mars annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3010	51	4 à 6 ans, niveau 1	Ven. 19 h à 20 h	CCCA	2016-01-22	12 sem.	45 $

CERCLE DE FERMIÈRES SAINTE-GENEVIÈVE-DE-SAINTE-FOY (Activités du)

- Responsable : Claire Laganière, 418 658-6686
- Rencontres : les 2es mercredis du mois, de 19 h 30 à 22 h 30, au local RC-26 du centre communautaire Claude-Allard (CCCA) à l'exception du 9 décembre (local RC-07)
- Apprentissage des techniques textiles, ateliers divers, conférences, sorties culturelles et sociales
- Endroit : locaux RC-27 et RC-28 du centre communautaire Claude-Allard (CCCA)
- Horaire : le jour et le soir, selon la programmation du mois
- Salon de Noël : le 15 novembre, de 9 h 30 à 16 h
- Exposition annuelle : le 9 avril, de 13 h à 21 h et le 10 avril, de 10 h à 16 h
- Centre fermé le 12 octobre ainsi que les 25, 26, 27 et 28 mars

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACSO3002	01	14 ans ou +	Selon les heures d'ouverture du centre	CCCA	2015-09-09	En continu	12,30 $

CINÉ-CLUB

- Responsable : Louise Simard, 418 652-8539
- Échanges portant sur les films à l'affiche
- Coût du matériel : 5 $, payables au premier cours
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Rencontres : 15 septembre, 13 octobre, 10 novembre et 1er décembre

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CINE3002	01	50 ans ou +	Mar. 13 h à 15 h 30	CCCA	2015-09-15	4 rencontres	15 $

HIVER

- Rencontres : 19 janvier, 9 février, 8 mars et 12 avril

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CINE3002	51	50 ans ou +	Mar. 13 h à 15 h 30	CCCA	2016-01-19	4 rencontres	15 $

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- Responsable : Julie Faucher, 418 834-7312
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3008	01	50 ans ou +	Mer. 9 h 15 à 10 h 15	CCCA	2015-09-16	12 sem.	80 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3008	51	50 ans ou +	Mer. 9 h 15 à 10 h 15	CCCA	2016-01-20	12 sem.	80 $

DANSE EN LIGNE (Cours)

- Responsable : Marcelle Fortin, 418 688-0863
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3034	01	Débutant 1 et 2	Mar. 19 h 30 à 21 h	CCCA	2015-09-15	12 sem.	55 $
DANS3038	01	Intermédiaire 2	Jeu. 13 h à 14 h 30	CCCA	2015-09-17	12 sem.	55 $
DANS3033	01	Avancé	Lun. 19 h à 20 h 30	CCCA	2015-09-14	12 sem.	55 $

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3034	51	Débutant 1 et 2	Mar. 19 h 30 à 21 h	CCCA	2016-01-19	12 sem.	55 $
DANS3038	51	Intermédiaire 2	Jeu. 13 h à 14 h 30	CCCA	2016-01-21	12 sem.	55 $
DANS3033	51	Avancé	Lun. 19 h à 20 h 30	CCCA	2016-01-18	12 sem.	55 $

DANSE EN LIGNE (Pratique)

- Responsable : Marcelle Fortin, 418 688-0863
- Pratique de la danse en ligne.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3037	01	Intermédiaire et avancé	Jeu. 19 h à 21 h	CCCA	2015-09-17	12 sem.	45 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3037	51	Intermédiaire et avancé	Jeu. 19 h à 21 h	CCCA	2016-01-21	12 sem.	45 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

DANSE SOCIALE

- Responsable : Yvan Cossette, 418 658-6923
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3045	01	Adultes, standard d'argent	Mer. 20 h à 21 h	CCCA	2015-09-16	12 sem.	70 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3045	51	Adultes, standard d'argent	Mer. 20 h à 21 h	CCCA	2016-01-20	12 sem.	70 $

DANSE SOCIALE ET LATINO

- Responsable : Yvan Cossette, 418 658-6923
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec, G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3044	01	Adultes, 7e session	Mer. 19 h à 20 h	CCCA	2015-09-16	12 sem.	70 $
DANS3044	02	Adultes, 1re session	Mer. 21 h à 22 h	CCCA	2015-09-16	12 sem.	70 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3044	51	Adultes, 8e session	Mer. 19 h à 20 h	CCCA	2016-01-20	12 sem.	70 $
DANS3044	52	Adultes, 2e session	Mer. 21 h à 22 h	CCCA	2016-01-20	12 sem.	70 $

DONJONS ET DRAGONS

- Responsable : Jimmy Demers, 581 998-0085, battleaxe@caramail.com
- Jeux de rôles
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DJDG3003	01	10 à 17 ans	Dim. 9 h à 12 h	CCCA	2015-09-20	12 sem.	70 $

HIVER

- Cours du 27 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DJDG3003	51	10 à 17 ans	Dim. 9 h à 12 h	CCCA	2016-01-24	12 sem.	70 $

GARDIENS AVERTIS (Cours de)

- Responsable : Josée Godin, 418 878-3896
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Apporter une poupée, du papier, des crayons, un dîner et deux collations
- Coût du manuel : 16 $

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GARA3002	01	11 à 15 ans	Sam. 8 h 15 à 16 h 30	CCCA	2015-10-17	1 jour	40 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GARA3002	51	11 à 15 ans	Sam. 8 h 15 à 16 h 30	CCCA	2016-01-16	1 jour	40 $

PÉTANQUE À LA PIGE

- Responsable : André Toupin, 418 454-4214; att@videotron.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Inscription valable jusqu'à la fin de 2016
- Possibilité de s'inscrire durant l'année auprès du responsable
- Activités des 12 octobre, 25 et 28 mars annulées

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PETA3004	01	Adultes	Lun., mer. 13 h à 16 h mar., ven. 19 h à 22 h 30	CCCA	2015-09-14	52 sem.	55 $

SCOUTISME

77e GROUPE SCOUT SAINTE-GENEVIÈVE (Activités du)

- Responsable : Hélène Schmouth, 418 652-3426

SCRABBLE

CLUB DE SCRABBLE DE SAINTE-GENEVIÈVE (Activités du)

- Responsable : Roselyne L'Italien, 418 651-1473
- Possibilité de participer occasionnellement aux activités moyennant la somme de 2 $

SCRABBLE DUPLICATE

AUTOMNE ET HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCRA3001	01	16 ans ou +	Mar. 13 h 30 à 16 h	CCCA	2015-09-08	32 sem.	30 $

SCRABBLE LIBRE

AUTOMNE ET HIVER

- Activité du 25 mars annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCRA3005	01	16 ans ou +	Ven. 13 h 30 à 16 h	CCCA	2015-09-11	31 sem.	30 $

SCRABBLE LIBRE ET DUPLICATE

AUTOMNE ET HIVER

- Activité du 25 mars annulée

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCRA3006	01	16 ans ou +	Mar., ven. 13 h 30 à 16 h	CCCA	2015-09-08	32 sem.	50 $

STRETCHING

- Responsable : Julie Faucher, 418 834-7312
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3003	02	50 ans ou +	Mer. 10 h 30 à 11 h 30	CCCA	2015-09-16	12 sem.	80 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3003	52	50 ans ou +	Mer. 10 h 30 à 11 h 30	CCCA	2016-01-20	12 sem.	80 $

TAI-CHI

- Responsable : Julie Faucher, 418 834-7312
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAIC3002	02	Débutant	Lun. 13 h 30 à 14 h 30	CCCA	2015-09-14	12 sem.	85 $

HIVER

- Cours du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAIC3002	52	Débutant	Lun. 13 h 30 à 14 h 30	CCCA	2016-01-18	12 sem.	85 $

THÉÂTRE

- Responsable : Sarah Saillant-Boulinguez, 418 997-6700
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Coût des costumes : 10 $, payables au premier cours

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
THEA3001	01	7 à 9 ans	Ven. 18 h à 19 h 30	CCCA	2015-09-18	12 sem.	75 $
THEA3001	02	10 à 14 ans	Ven. 19 h 30 à 21 h	CCCA	2015-09-18	12 sem.	75 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

HIVER

- Cours du 25 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
THEA3001	51	7 à 9 ans	Ven. 18 h à 19 h 30	CCCA	2016-01-22	12 sem.	75 $
THEA3001	52	10 à 14 ans	Ven. 19 h 30 à 21 h	CCCA	2016-01-22	12 sem.	75 $

VITRAIL

- Responsable : Fernand Lebel, 418 704-3888
- Initiation aux techniques du vitrail, familiarisation avec les outils utilisés et réalisation d'un vitrail comportant de 12 à 15 pièces
- Dessin au choix du participant
- Cours aux deux semaines
- Coût du matériel : 35 $, niveau débutant et 10 $, niveau intermédiaire, payables au premier cours
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3001	01	Adultes, débutant et intermédiaire	Sam. 9 h à 12 h	CLSG	2015-09-26	6 sem.	75 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3001	51	Adultes, débutant et intermédiaire	Sam. 9 h à 12 h	CLSG	2016-01-23	6 sem.	75 $

VITRAIL

- Responsable : Micheline Verret, 418 654-0152
- Atelier dirigé
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Coût du matériel : 15 $, payables au premier cours

AUTOMNE

- Atelier du 12 octobre annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3004	01	Adultes, tous les niveaux	Lun. 13 h à 16 h	CLSG	2015-09-14	12 sem.	135 $

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3004	02	Adultes, tous les niveaux	Mer. 13 h à 16 h	CLSG	2015-09-16	12 sem.	135 $

HIVER

- Atelier du 28 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3004	51	Adultes, tous les niveaux	Lun. 13 h à 16 h	CLSG	2016-01-18	12 sem.	135 $
VITR3004	52	Adultes, tous les niveaux	Mer. 13 h à 16 h	CLSG	2016-01-20	12 sem.	135 $

VITRAIL

- Responsable : Micheline Verret, 418 654-0152
- Niveaux intermédiaire et avancé
- Préalable : avoir déjà suivi un cours de vitrail
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Cours aux deux semaines
- Coût du matériel : 15 $, payables au premier cours

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3004	06	Adultes, intermédiaire et avancé	Sam. 9 h à 12 h 30	CLSG	2015-09-19	6 sem.	80 $

HIVER

- Cours du 26 mars annulé

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3004	56	Adultes, intermédiaire et avancé	Sam. 9 h à 12 h 30	CLSG	2016-01-30	6 sem.	80 $

VITRAIL

- Responsable : Roger Fecteau, 418 626-0834
- Atelier dirigé : fusion et thermoformage du verre
- Préalable : avoir suivi le cours *Initiation à la fusion du verre* ou être autonome pour faire la fusion et le thermoformage du verre
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Coût du matériel : 30 $, payables au premier cours

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3002	01	Adultes	Mar. 19 h à 22 h	CLSG	2015-09-15	12 sem.	135 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3002	51	Adultes	Mar. 19 h à 22 h	CLSG	2016-01-19	12 sem.	135 $

VITRAIL-FUSION

- Responsable : Roger Fecteau, 418 626-0834
- Notions théoriques et pratiques
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Coût du matériel : 15 $, payables au premier cours

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3002	02	Adultes	Jeu. 13 h à 16 h	CLSG	2015-09-24	6 sem.	85 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3002	52	Adultes	Jeu. 13 h à 16 h	CLSG	2016-01-21	6 sem.	85 $

VOLLEYBALL

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VOLL3001	01	Débutant et intermédiaire	Jeu. 19 h 45 à 21 h 45	ESG	2015-09-17	12 sem.	40 $
VOLL3006	01	Intermédiaire	Mar. 18 h 30 à 20 h 30	ESG	2015-09-15	12 sem.	40 $
VOLL3003	01	Intermédiaire et avancé	Mar. 20 h 30 à 22 h 30	ESG	2015-09-15	12 sem.	40 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VOLL3001	51	Débutant et intermédiaire	Jeu. 19 h 45 à 21 h 45	ESG	2016-01-21	12 sem.	40 $
VOLL3006	51	Intermédiaire	Mar. 18 h 30 à 20 h 30	ESG	2016-01-19	12 sem.	40 $
VOLL3003	51	Intermédiaire et avancé	Mar. 20 h 30 à 22 h 30	ESG	2016-01-19	12 sem.	40 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

WORKOUT

- Responsable : Julie Faucher, 418 834-7312
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3006	01	Adultes	Mar. 18 h 15 à 19 h 15	CCCA	2015-09-15	12 sem.	80 $/1 fois sem. 135 $/2 fois sem.
CARD3006	02	Adultes	Jeu. 18 h 15 à 19 h 15	CCCA	2015-09-17	12 sem.	80 $/1 fois sem. 135 $/2 fois sem.

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3006	51	Adultes	Mar. 18 h 15 à 19 h 15	CCCA	2016-01-19	12 sem.	80 $/1 fois sem. 135 $/2 fois sem.
CARD3006	52	Adultes	Jeu. 18 h 15 à 19 h 15	CCCA	2016-01-21	12 sem.	80 $/1 fois sem. 135 $/2 fois sem.

ZUMBA

- Responsables : Geneviève Denis, 418 929-4366; genevieve_den@hotmail.com (automne), Marie-Ève Bédard, marie_eve_bedard@videotron.ca (hiver)
- Conditionnement physique colombien s'appuyant sur des rythmes et des chorégraphies inspirés des danses latines (salsa, merengue, cumbia, reggaeton, kuduro, etc.)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3009	01	Adultes	Mar. 19 h 30 à 20 h 30	CCCA	2015-09-15	12 sem.	85 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3009	51	Adultes	Mar. 19 h 30 à 20 h 30	CCCA	2016-01-19	12 sem.	85 $

CLUB DE L'ÂGE D'OR LA RENCONTRE SAINTE-GENEVIÈVE (Activités du)

- Responsable : Denise Moreau, 418 656-1483
- Inscription : 9 septembre, de 13 h à 16 h, au centre communautaire Claude-Allard (CCCA)
- Sorties, soupers, parties de whist les vendredis soirs, selon la programmation du club, et activités diverses
- Bingo, cartes et danse tous les jeudis soirs
- Heures d'ouverture du bureau : tous les mardis de 13 h à 15 h 30

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3011	01	50 ans ou +	Lun., mar., mer. 13 h à 16 h 30 Jeu. 11 h 30 à 23 h Ven. 8 h 30 à 16 h 30	CCCA	2015-09-08	38 sem.	25 $ (carte de membre) 10 $ (carte d'ami)

BILLARD

- Responsable : Raymond Moreau, 418 656-1483
- Pratique libre tous les jours, pendant les heures d'ouverture du centre communautaire Claude-Allard (CCCA)
- Tournois les vendredis après-midi
- Participation : 25 $ par an, en sus

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BILL3002	01	Membres	Lun., mar., mer. 8 h 30 à 17 h Jeu. 8 h 30 à 23 h Ven. 8 h à 17 h Sam. 8 h à 15 h Dim. 9 h à 12 h	CCCA	2015-09-08	52 sem.	25 $ (carte de membre) 10 $ (carte d'ami)

CARTES

- Bridge, 500, dame de pique, libre

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACVA3006	01	Membres	Mar. 13 h à 16 h	CCCA	2015-09-08	38 sem.	25 $ (carte de membre) 10 $ (carte d'ami)

DANSE EN LIGNE

- Responsable : Lily Gauvin, 418 889-0346
- Inscription le 10 septembre, lors du premier cours
- Réservé aux membres du club (pratiques les lundis après-midi)

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3104	01	Intermédiaire	Mer. 13 h 30 à 15 h	CCCA	2015-09-09	14 sem.	80 $
DANS3105	01	Avancé	Mer. 15 h à 16 h 30	CCCA	2015-09-09	14 sem.	80 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

Sainte-Ursule

Corporation des loisirs de Sainte-Ursule inc.

ANGLAIS

- Responsable : à déterminer
- Langue et conversation
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)
- Personnes bilingues non admissibles

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3032	01	Débutant	Mar. 19 h à 21 h	CLSU	2015-09-15	10 sem.	90 $
LANG3006	01	Intermédiaire 1	Mer. 19 h à 21 h	CLSU	2015-09-16	10 sem.	90 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3006	51	Intermédiaire 1	Mar. 19 h à 21 h	CLSU	2016-01-19	10 sem.	90 $
LANG3033	51	Intermédiaire 2	Mer. 19 h à 21 h	CLSU	2016-01-20	10 sem.	90 $

BADMINTON

- Responsable : Donald Arcand, 418 651-8902
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3012	01	Adultes, avancé	Mar. 20 h 15 à 22 h 15	EPCV	2015-09-15	12 sem.	30 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3012	51	Adultes, avancé	Mar. 20 h 15 à 22 h 15	EPCV	2016-01-19	12 sem.	30 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- Responsable : Chantal Rhéaume, 418 977-4687; activationsante@gmail.com
- Entraînement complet et varié avec accessoires (ballons, tapis, petits poids, *steps*, élastiques de résistance, etc.)
- Amélioration du système cardiovasculaire, de l'endurance, de la musculature, de la stabilité et de la souplesse
- Conseils posturaux pour éviter les blessures
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3001	01	Adultes	Mar. 18 h 50 à 20 h	EPCV	2015-09-15	12 sem.	65 $/1 fois sem. 110 $/2 fois sem.
COND3001	02	Adultes	Jeu. 18 h 50 à 20 h	EPCV	2015-09-17	12 sem.	65 $/1 fois sem. 110 $/2 fois sem.

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3001	51	Adultes	Mar. 18 h 50 à 20 h	EPCV	2016-01-19	12 sem.	65 $/1 fois sem. 110 $/2 fois sem.
COND3001	52	Adultes	Jeu. 18 h 50 à 20 h	EPCV	2016-01-21	12 sem.	65 $/1 fois sem. 110 $/2 fois sem.

DANSE COUNTRY

- Responsable : Mario Ménard, 418 651-2429; mario.menard@videotron.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3054	01	Intermédiaire	Mer. 19 h 30 à 21 h	CLSU	2015-09-16	12 sem.	65 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3054	51	Intermédiaire	Mer. 19 h 30 à 21 h	CLSU	2016-01-20	12 sem.	65 $

DANSE EN LIGNE

- Responsable : Mario Ménard, 418 651-2429; mario.menard@videotron.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre reporté au 7 décembre

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3024	01	Débutant	Lun. 19 h à 20 h 15	CLSU	2015-09-14	12 sem.	65 $
DANS3024	02	Débutant	Mer. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2015-09-16	12 sem.	65 $
DANS3023	01	Débutant plus	Lun. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2015-09-14	12 sem.	65 $
DANS3023	02	Débutant plus	Lun. 20 h 15 à 21 h 30	CLSU	2015-09-14	12 sem.	65 $
DANS3023	03	Débutant plus	Mar. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2015-09-15	12 sem.	65 $
DANS3023	04	Débutant plus	Jeu. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2015-09-17	12 sem.	65 $
DANS3023	05	Débutant plus	Ven. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2015-09-18	12 sem.	65 $
DANS3023	06	Débutant plus pratique	Mer. 10 h à 11 h 30	CCCR	2015-09-16	12 sem.	65 $
DANS3025	01	Intermédiaire	Jeu. 19 h à 20 h 15	CLSU	2015-09-17	12 sem.	65 $
DANS3086	01	Avancé	Jeu. 20 h 15 à 21 h 30	CLSU	2015-09-17	12 sem.	65 $

HIVER

- Cours des 25 et 28 mars reportés aux 11 et 15 avril

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3024	51	Débutant	Lun. 19 h à 20 h 15	CLSU	2016-01-18	12 sem.	65 $
DANS3024	52	Débutant	Mer. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2016-01-20	12 sem.	65 $
DANS3023	51	Débutant plus	Lun. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2016-01-18	12 sem.	65 $
DANS3023	52	Débutant plus	Lun. 20 h 15 à 21 h 30	CLSU	2016-01-18	12 sem.	65 $
DANS3023	53	Débutant plus	Mar. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2016-01-19	12 sem.	65 $
DANS3023	54	Débutant plus	Jeu. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2016-01-21	12 sem.	65 $
DANS3023	55	Débutant plus	Ven. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2016-01-22	12 sem.	65 $
DANS3023	56	Débutant plus pratique	Mer. 10 h à 11 h 30	CCCR	2016-01-20	12 sem.	65 $
DANS3025	51	Intermédiaire	Jeu. 19 h à 20 h 15	CLSU	2016-01-21	12 sem.	65 $
DANS3086	51	Avancé	Jeu. 20 h 15 à 21 h 30	CLSU	2016-01-21	12 sem.	65 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8

DESSIN, PEINTURE À L'HUILE ET À L'ACRYLIQUE

- Responsable : Jacques Thibeault, 418 527-2776
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre reporté au 7 décembre

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3004	01	Adultes	Lun. 13 h 30 à 15 h 30	CLSU	2015-09-14	12 sem.	95 $
DESS3005	01	Adultes, initié	Mar. 13 h 30 à 15 h 30	CLSU	2015-09-15	12 sem.	95 $
DESS3005	02	Adultes, initié	Mar. 19 h à 21 h	CLSU	2015-09-15	12 sem.	95 $

HIVER

- Cours du 28 mars reporté au 11 avril

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3004	51	Adultes	Lun. 13 h 30 à 15 h 30	CLSU	2016-01-18	12 sem.	95 $
DESS3005	51	Adultes, initié	Mar. 13 h 30 à 15 h 30	CLSU	2016-01-19	12 sem.	95 $
DESS3005	52	Adultes, initié	Mar. 19 h à 21 h	CLSU	2016-01-19	12 sem.	95 $

ESPAGNOL (Conversation)

- Responsable : Jaime Lopez, 418 527-5150 ou 418 802-4283; jaimelopez227@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

- Cours du 12 octobre reporté au 7 décembre

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3008	01	Débutant 1	Lun. 18 h 30 à 20 h	CLSU	2015-09-14	12 sem.	80 $
LANG3008	02	Débutant 1	Mar. 13 h à 15 h 30	CLSU	2015-09-15	12 sem.	110 $
LANG3021	01	Débutant 2	Mar. 10 h à 12 h 30	CLSU	2015-09-15	12 sem.	110 $
LANG3021	02	Débutant 2	Lun. 20 h à 21 h 30	CLSU	2015-09-14	12 sem.	80 $
LANG3047	01	Débutant 3	Mer. 19 h à 21 h	CLSU	2015-09-16	12 sem.	95 $
LANG3013	01	Intermédiaire 1	Mar. 19 h à 21 h	CLSU	2015-09-15	12 sem.	95 $
LANG3013	02	Intermédiaire 1	Mer. 13 h à 15 h 30	CLSU	2015-09-16	12 sem.	110 $
LANG3022	02	Intermédiaire 2	Mer. 10 h à 12 h 30	CLSU	2015-09-16	12 sem.	110 $
LANG3022	03	Intermédiaire 2	Jeu. 19 h à 21 h	CLSU	2015-09-17	12 sem.	95 $
LANG3007	01	Avancé 1	Lun. 13 h à 15 h 30	CLSU	2015-09-14	12 sem.	80 $
LANG3007	02	Avancé 2	Lun. 10 h à 12 h 30	CLSU	2015-09-14	12 sem.	110 $

HIVER

- Cours du 28 mars reporté au 11 avril

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3008	51	Débutant 1	Lun. 18 h 30 à 20 h	CLSU	2016-01-25	11 sem.	75 $
LANG3008	52	Débutant 1	Mar. 13 h à 15 h 30	CLSU	2016-01-26	11 sem.	100 $
LANG3021	51	Débutant 2	Mar. 10 h à 12 h 30	CLSU	2016-01-26	11 sem.	100 $
LANG3021	52	Débutant 2	Lun. 20 h à 21 h 30	CLSU	2016-01-25	11 sem.	75 $
LANG3047	51	Débutant 3	Mer. 19 h à 21 h	CLSU	2016-01-27	11 sem.	90 $
LANG3013	51	Intermédiaire 1	Mar 19 h à 21 h	CLSU	2016-01-26	11 sem.	90 $
LANG3013	52	Intermédiaire 1	Mer. 13 h à 15 h 30	CLSU	2016-01-27	11 sem.	100 $
LANG3022	52	Intermédiaire 2	Mer. 10 h à 12 h 30	CLSU	2016-01-27	11 sem.	100 $
LANG3042	51	Intermédiaire 2	Jeu. 19 h à 21 h	CLSU	2016-01-28	11 sem.	90 $
LANG3007	51	Avancé 1	Lun. 13 h à 15 h 30	CLSU	2016-01-25	11 sem.	100 $
LANG3007	52	Avancé 2	Lun. 10 h à 12 h 30	CLSU	2016-01-25	11 sem.	100 $

SCOUTISME

- Responsable : Mélanie Roy, 418 654-2017
- Activités axées sur l'entraide, le respect de l'environnement, l'amour du plein air et les techniques de survie
- Information et préinscription : par courriel (scouts.stu@gmail.com)
- Inscription : 3 septembre, de 18 h 30 à 20 h 30, au sous-sol de l'église Sainte-Ursule (SSESU)
- Réunions hebdomadaires, trois camps d'une fin de semaine à l'automne, à l'hiver et au printemps, camps d'été d'une semaine
- Activités organisées en collaboration avec la Corporation des loisirs de Saint-Louis-de-France

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCOU3001	01	7 à 17 ans	À déterminer	SSESU	2015-09-14	40 sem.	110 $

SOCCER INTÉRIEUR

- Responsable : Adrien Dufour, 418 953-9055; loisirssteu@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (1130, route de l'Église G1V 4X6)

AUTOMNE

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3006	01	18 ans et +, mixte, tous les niveaux	Jeu. 20 h à 22 h 30	EPCV	2015-09-17	14 sem.	40 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3006	51	18 ans et +, mixte, tous les niveaux	Jeu. 20 h à 22 h 30	EPCV	2016-01-21	14 sem.	40 $

CLUB FADOQ SAINTE-URSULE INC. (Activités du)

- Responsable : Pierrette Giguère, 418 657-2851
- Responsables

  - parties de cartes : Eugène Pomerleau, 418 657-2975; Madeleine Racine, 418 658-8042
  - parties de palets (*shuffleboard*) : Jean-Guy Racine, 418 652-0632
- Inscription : sous-sol de l'église Sainte-Ursule (SSESU) le mercredi, de 13 h à 16 h ou auprès de la personne responsable
- Relâche du 14 décembre au 8 janvier

ACTIVITÉS HABITUELLES (Cartes, palets, pétanque)

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3012	01	50 ans ou +	Mer. 13 h à 16 h	SSESU	2015-09-09	33 sem.	25 $

BILLARD LIBRE

- Responsable : Guy Grenier, 418 658-9335

CODE ACT.	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BILL3003	01	Membres	Lun. au ven. 13 h à 17 h	SSESU	2015-09-09	33 sem.	25 $

VILLE DE QUÉBEC
Arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

Automne 2015
INSCRIPTION LOISIRS

Réservé à l'administration

Date de réception A A A A M M J J Date de saisie A A A A M M J J

Initiales du/de la surveillant(e)

PARTICIPANT

Nom

Prénom

Date de naissance

A A A A M M J J Sexe M F

Adresse / ville

Code postal (OBLIGATOIRE)

Téléphone, rés. – – Téléphone, bur. – – Poste

Courriel

Nom du parent (si participant mineur) Prénom

Inscription transmise par la poste ou au bureau d'arrondissement

	Code de groupe	Coût
1	–	
2	–	
3	–	

Coût total $

Les droits d'inscription ne sont pas remboursables.

Activités payables à la Ville de Québec

Bureau d'arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge
Édifice Andrée-P.-Boucher
Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire
1130, route de l'Église
Québec (Québec) G1V 4X6

Activités payables à Loisirs Sainte-Geneviève

(Champigny et Chauveau, Notre-Dame-de-Foy, Saint-Denys, Saint-Mathieu, Saint-Thomas-d'Aquin et Sainte-Geneviève)

Centre communautaire Claude-Allard
3200, avenue D'Amours
Québec (Québec) G1X 1L9

VILLE DE QUÉBEC
Arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

Automne 2015
INSCRIPTION LOISIRS

Réservé à l'administration

Date de réception A A A A M M J J Date de saisie A A A A M M J J

Initiales du/de la surveillant(e)

PARTICIPANT

Nom

Prénom

Date de naissance

A A A A M M J J Sexe M F

Adresse / ville

Code postal (OBLIGATOIRE)

Téléphone, rés. – – Téléphone, bur. – – Poste

Courriel

Nom du parent (si participant mineur) Prénom

Inscription transmise par la poste ou au bureau d'arrondissement

	Code de groupe	Coût
1	–	
2	–	
3	–	

Coût total $

Les droits d'inscription ne sont pas remboursables.

Activités payables à la Ville de Québec

Bureau d'arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge
Édifice Andrée-P.-Boucher
Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire
1130, route de l'Église
Québec (Québec) G1V 4X6

Activités payables à Loisirs Sainte-Geneviève

(Champigny et Chauveau, Notre-Dame-de-Foy, Saint-Denys, Saint-Mathieu, Saint-Thomas-d'Aquin et Sainte-Geneviève)

Centre communautaire Claude-Allard
3200, avenue D'Amours
Québec (Québec) G1X 1L9

VILLE DE QUÉBEC
Arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

Hiver 2016
INSCRIPTION LOISIRS

Réservé à l'administration

Date de réception A A A A M M J J Date de saisie A A A A M M J J

Initiales du/de la surveillant(e)

PARTICIPANT

Nom

Prénom

Date de naissance

A A A A M M J J Sexe M F

Adresse / ville

Code postal (OBLIGATOIRE)

Téléphone, rés. – – Téléphone, bur. – – Poste

Courriel

Nom du parent (si participant mineur) Prénom

Inscription transmise par la poste ou au bureau d'arrondissement

	Code de groupe	Coût
1	–	
2	–	
3	–	

Coût total $

Les droits d'inscription ne sont pas remboursables.

Activités payables à la Ville de Québec

Bureau d'arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge
Édifice Andrée-P.-Boucher
Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire
1130, route de l'Église
Québec (Québec) G1V 4X6

Activités payables à Loisirs Sainte-Geneviève

(Champigny et Chauveau, Notre-Dame-de-Foy, Saint-Denys, Saint-Mathieu, Saint-Thomas-d'Aquin et Sainte-Geneviève)

Centre communautaire Claude-Allard
3200, avenue D'Amours
Québec (Québec) G1X 1L9

VILLE DE QUÉBEC
Arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

Hiver 2016
INSCRIPTION LOISIRS

Réservé à l'administration

Date de réception A A A A M M J J Date de saisie A A A A M M J J

Initiales du/de la surveillant(e)

PARTICIPANT

Nom

Prénom

Date de naissance

A A A A M M J J Sexe M F

Adresse / ville

Code postal (OBLIGATOIRE)

Téléphone, rés. –

Téléphone, bur. – Poste

Courriel

Nom du parent (si participant mineur) Prénom

Inscription transmise par la poste ou au bureau d'arrondissement

	Code de groupe	Coût
1	–	
2	–	
3	–	

Coût total $

Les droits d'inscription ne sont pas remboursables.

Activités payables à la Ville de Québec

Bureau d'arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge
Édifice Andrée-P.-Boucher
Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire
1130, route de l'Église
Québec (Québec) G1V 4X6

Activités payables à Loisirs Sainte-Geneviève

(Champigny et Chauveau, Notre-Dame-de-Foy, Saint-Denys, Saint-Mathieu, Saint-Thomas-d'Aquin et Sainte-Geneviève)

Centre communautaire Claude-Allard
3200, avenue D'Amours
Québec (Québec) G1X 1L9

< Retour à la table des matières

SECTION MUNICIPALE

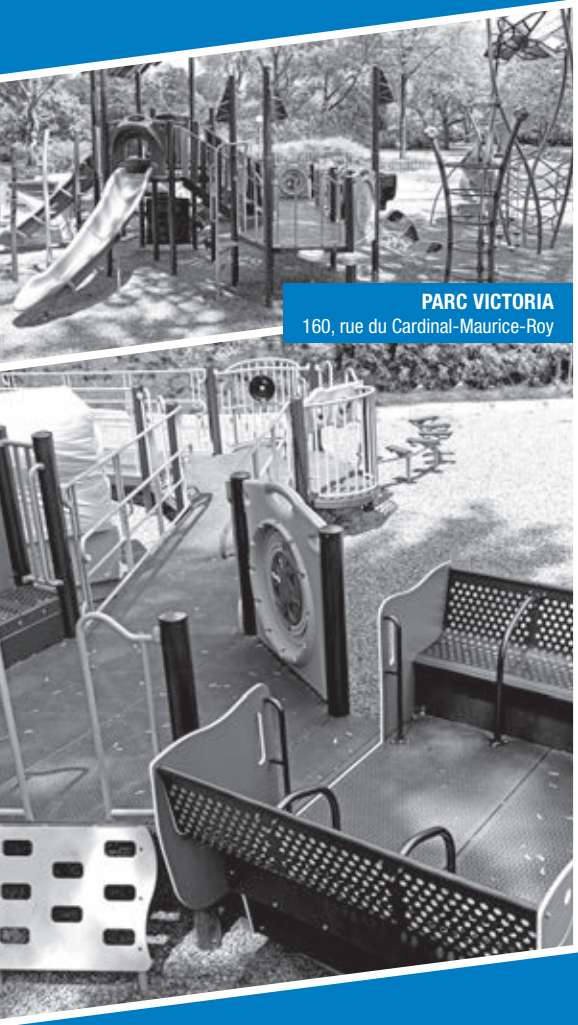
Organismes municipaux

Activités à caractère libre

Des installations récréatives et sportives accessibles à tous

Le **parc Victoria** et le **centre communautaire Lebourgneuf** offrent un environnement sans obstacle aux personnes vivant avec un handicap.

Venez les découvrir!



PARC VICTORIA
160, rue du Cardinal-Maurice-Roy

CENTRE COMMUNAUTAIRE LEBOURGNEUF
1650, boulevard La Morille

Renseignements
www.ville.quebec.qc.ca

Organismes municipaux de loisir

Voici la liste des organismes municipaux de loisir. Ces organismes ont été sélectionnés parce qu'ils ont répondu à des critères précis du Service des loisirs, des sports et de la vie communautaire. Pour connaître le détail des activités offertes, vous pouvez communiquer directement avec l'organisme, vous référer à la *Programmation Loisirs* de l'arrondissement où l'organisme est situé ou encore consulter le site Internet de la Ville de Québec **(www.ville.quebec.qc.ca/programmationloisirs)**.

ORGANISME	MISSION
Les AmiEs de la terre 870, avenue De Salaberry, bureau 210 Québec (Québec) G1R 2T9 Renseignements : 418 524-2744 www.atquebec.org • info@atquebec.org	Favoriser la transition vers une société écologiste par l'information, l'éducation et la défense collective des droits.
Association forestière des deux rives 870, avenue De Salaberry, bureau 103 Québec (Québec) G1R 2T9 Renseignements : 418 647-0909 www.af2r.org • info@af2r.org	Promouvoir l'importance de l'arbre et des forêts auprès de la population par la mise en valeur, l'éducation et la sensibilisation.
Association de hockey mineur féminin de la Capitale Nationale 305, rue Racine Québec (Québec) G2B 1E7 Renseignements : www.ahmfcn.com	Promouvoir, développer et organiser le hockey féminin mineur sur le territoire de la Capitale Nationale, tant au niveau récréatif que compétitif. *Programmation : La Haute-Saint-Charles*
Association des kitesurfers et véliplanchistes de Québec (AKVQ) 4341, rue de la Remontée Québec (Québec) G1Y 2L7 Renseignements : 418 650-7832 www.akvq.ca	Regrouper les kitesurfers et véliplanchistes de la grande région de Québec et organiser diverses activités à leur intention.
Association de ringuette de la Capitale 1311, rue des Loisirs L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 0A5 Renseignements : 418 655-8759 www.ringuettedelacapitale.com	Promouvoir la pratique de ce sport féminin et organiser des tournois pour les jeunes et les adultes. Ce sport sur glace permet de développer l'esprit d'équipe dans le respect de ses adversaires. *Programmation : La Haute-Saint-Charles*
Association pour la protection de l'environnement du Lac-Saint-Charles et des Marais du Nord (APEL) 433, rue Delage Québec (Québec) G3G 1H4 Renseignements : 418 849-9844 information@apel-maraisdunord.org	Protéger et mettre en valeur le riche patrimoine écologique du bassin versant de la rivière Saint-Charles en offrant des services d'éducation et de sensibilisation ainsi que diverses activités de plein air. *Programmation : La Haute-Saint-Charles*
L'Association des TCC des deux rives (Québec-Chaudière-Appalaches) 14, rue Saint-Amand, Québec (Québec) G2A 2K9 Renseignements : 481 842-8421 www.tcc2rives.qc.ca • tcc2rives@oricom.ca	Offrir un soutien aux personnes victimes d'un traumatisme cranio-cérébral (TCC) ainsi qu'à leurs proches. Offrir des loisirs adaptés aux personnes vivant avec un TCC.
Centre culturel Afro-Antillais 590, rue Saint-Joseph Est Québec (Québec) G1K 3A6 Renseignements : 418 261-5291 www.ceculaa.ca • cecu_afroantillais@yahoo.ca	Accueillir les personnes immigrantes et les soutenir dans leur intégration sociale. Favoriser la découverte des cultures afro-antillaises par l'organisation d'activités et d'ateliers.
Centre R.I.R.E. 2000 2301, 1re Avenue Québec (Québec) G1L 3M9 Renseignements : 418 524-5609 www.r2000.qc.ca • info@r2000.qc.ca	Appuyer les jeunes et les adultes des communautés culturelles dans leur intégration à la société québécoise. Promouvoir l'apport des autres cultures en organisant diverses activités. *Programmation : La Cité-Limoilou*

ORGANISME	MISSION
Centre multiethnique de Québec 200, rue Dorchester, Québec (Québec) G1K 5Z1 Renseignements : 418 687-9771 www.centremultiethnique.com info@centremultiethnique.com	Accueillir les immigrants et faciliter leur intégration à la société québécoise par l'entremise de diverses activités.
Club BAM - SJE (balle au mur) 244, 81e Rue Est Québec (Québec) G1G 2Y1 Renseignements : sjebam@gmail.com	Faire profiter la relève des bénéfices de ce sport unique qui développe la coordination et la bonne condition physique chez les adeptes. Les notions de respect et d'honnêteté font aussi partie des valeurs de base de ce sport mixte. *Programmation : Charlesbourg*
Club d'aviron de la Capitale 486, rue Dolbeau Québec (Québec) G1S 2R5 Renseignements : 418 641-6282 clubavironcapital@gmail.com	Promouvoir et développer la pratique de l'aviron comme sport nautique. Offrir à la population des cours d'initiation à l'aviron et organiser des compétitions sportives.
Club radio amateur de Québec inc. 20, rue Hugues-Pommier, Québec (Québec) G1E 4T9 Renseignements : 418 890-0103 www.craq.qc.ca	Développer et promouvoir la radio amateur en tant que loisir scientifique et culturel. Mettre à la disposition des membres des équipements et services favorisant la pratique de ce loisir.
Club de tir de Beauport 255, rue Clemenceau, case postale 85064 Québec (Québec) G1C 0L2 Renseignements : 418 663-8922 ctb@oricom.ca	Promouvoir le tir sportif et récréatif que ce soit au pistolet, au révolver ou à la carabine. Organiser la tenue de compétitions locales et provinciales et favoriser l'enseignement du maniement sécuritaire des armes à feu.
Club de tir les castors de Charlesbourg 29, rue Marie-de-l'Incarnation Québec (Québec) G1N 3E5 Renseignements : 418 682-8133 www.tir-castors.com • info@tir-castors.com	Promouvoir le tir sportif et récréatif. Donner des cours de tir et de sécurité sur le maniement des armes et sur les activités de chasse et de plein air.
Cyclorizon, club cycliste C.P. 8493, Succursale Sainte-Foy Québec (Québec) G1V 4N5 Renseignements : www.cyclorizon.qc.ca • club@cyclorizon.qc.ca	Regrouper des cyclistes adultes de la grande région de Québec et organiser diverses activités et randonnées à leur intention.
Dojo de Beauport 2175, avenue Saint-Clément Québec (Québec) G1E 6X6 Renseignements : 418 666-2177 www.dojobeauport.com • info@dojobeauport.com	Offrir des cours d'arts martiaux japonais, tels que le Judo, l'Ikido, l'laïdo, le Kobudo et le Jiu Jitsu NeWaza, auprès des jeunes, des adolescents et des adultes. Favoriser l'émergence d'une élite sportive en ce domaine. *Programmation : Beauport*
École de Cirque 750, 2e Avenue, Québec (Québec) G1L 3B7 Renseignements : 418 525-0101 www.ecoledecirque.com • info@ecoledecirque.com	Éveiller chez la population de la région de Québec un intérêt pour les arts du cirque et stimuler l'émergence d'une nouvelle génération d'artistes. *Programmation : La Cité-Limoilou*
Entraide Jeunesse Québec 571, 3e Avenue, Québec (Québec) G1L 2W4 Renseignements : 418 649-9705 ou 1-877-649-9705 www.entraidejeunesse.qc.ca ejqcoordo@globetrotter.net	Offrir du soutien et des activités préventives aux jeunes de 12 à 25 ans, afin qu'ils développent des habilités personnelles favorisant leur autonomie.
Groupe d'éducation et d'écosurveillance de l'eau (G3E) 69, avenue Juchereau, C.P. 700 Québec (Québec) G1E 4S9 Renseignements : 418 666-6169 www.g3e-ewag.ca • administration@g3e-ewag.ca	Développer des programmes éducatifs et offrir des activités aux citoyens de tous âges. Favoriser la découverte et la protection des milieux naturels aquatiques. *Programmation : Beauport*
Groupe de simplicité volontaire de Québec 11, avenue Marcoux, bureau 2 Québec (Québec) G1E 3A2 Renseignements : 418 660-3550 www.gsvq.org • responsable@gsvq.org	Promouvoir la simplicité volontaire et une société plus harmonieuse, juste et durable par la sensibilisation, l'information et l'éducation populaire.

ORGANISME	MISSION
Mouvement Personne D'Abord du Québec métropolitain (Défense des droits des personnes vivant avec une déficience intellectuelle) 2101, 1re Avenue, Québec (Québec) G1L 3M6 Renseignements : 418 524-2404 www.mpdaqm.org • mpdaqm@videotron.ca	Depuis 1983, entraide, promotion et défense des droits et intérêts par et pour les personnes adultes vivant avec une déficience intellectuelle. *Programmation : La Cité-Limoilou*
Regroupement des personnes handicapées visuelles (Région 03-12) 503, rue du Prince-Édouard, bureau 100 Québec (Québec) G1K 2M8 Renseignements : 418 649-0333 www.rphv0312.org • rphv@rphv0312.org	Défendre les droits et intérêts des personnes vivant avec une déficience visuelle. Offrir différents services ainsi que des activités adaptées.
Sentinelle de la route C.P. 9802, Succursale postale Ste-Foy Québec (Québec) G1V 4C3 Renseignements : 418 836-9407 www.lessentinelles.com	Offrir un service d'encadrement professionnel aux organisateurs de randonnées cyclistes de la grande région de Québec. Le Club a également comme mission de favoriser la pratique sécuritaire des sports et particulièrement les activités cyclistes.
Service d'orientation et d'intégration des immigrants au travail (SOIIT) 275, rue du Parvis, bureau 300 Québec (Québec) G1K 6G7 Renseignements : 418 648-0822 www.soiit.qc.ca • info@soiit.qc.ca	Favoriser l'accueil et l'intégration sociale des personnes immigrantes et réfugiées.
Ski de fond Charlesbourg 375, rue de l'Aventure, Québec (Québec) G2M 1N3 Renseignements : 418 849-9054 www.skidefondcharlesbourg.com info@skidefondcharlesbourg.com	Promouvoir et organiser des activités sportives de plein air, telles que le ski de fond, la raquette et la marche sur neige durcie. *Programmation : Charlesbourg*
Société de la rivière Saint-Charles 332, rue Domagaya Québec (Québec) G1L 5B1 Renseignements : 418 691-4710 www.societerivierestcharles.qc.ca info@societerivierestcharles.qc.ca	Mettre en valeur la rivière Saint-Charles en réalisant diverses activités d'aménagement, d'animation et de sensibilisation auprès des citoyens et des touristes.
Ultimate Québec (AJJUQ) Stade Chauveau 7200, boulevard de l'Ormière, bureau 222 Québec (Québec) G2C 1C1 Renseignements : 418 840-1388 www.ultimatequebec.ca • info@ultimatequebec.ca	Favoriser la pratique de l'ultimate frisbee et en promouvoir le développement dans la région de Québec, tant au niveau récréatif que compétitif. *Programmation : Charlesbourg*

Organismes municipaux de services communautaires

Communiquez directement avec ces organismes pour obtenir de l'information sur les services offerts.

Alcooliques anonymes
Bureau central de services de Québec (A.A.) inc.
905,rue de Nemours, bureau 160C, Québec (Québec) G1H 6Z5
Renseignements : 418 529-0015 ou 418 529-0016 ou cip-cmp@videotron.ca

Association pour l'intégration sociale région de Québec – (A.I.S.Q.)
5225, 3e Avenue Ouest, Québec (Québec) G1H 6G6
Renseignements : 418 622-7144 ou www.aisq.org • aisq@aisq.org

Au trait d'union Québec
(Prévention du décrochage scolaire)
9340, boul. Henri-Bourassa, Québec (Québec) G1G 4E6
Renseignements : 418 661-4111 ou www.autraitdunion.org • info@autraitdunion.org

CAPVISH
Comité d'action des personnes vivant des situations de handicap
400, boulevard Jean-Lesage, bureau 027, Québec (Québec) G1K 8W1
Renseignements : 418 523-3065 ou www.capvish.org • info@capvish.org

Centre de parrainage civique de Québec
245, rue Soumande, local 281, Québec (Québec) GIM 3H6
Renseignements : 418 527-8097 ou www.cpcq.ca • reception@cpcq.ca

Conseil du bassin de la rivière Beauport
69, avenue Juchereau, C.P. 700, Québec (Québec) G1R 4S9
Renseignements : 418 666-6169 ou www.rivieremontmorency.com • info@rivieremontmorency.com

Corporation d'actions et de gestion environnementale de Québec (CAGEQ)
5, rue du Temple, Québec (Québec) G1E 4Z8
Renseignements : 418 821-7056 ou www.cageq.ca • info@cageq.ca

Corporation Bénévoles d'Expertise
5000, 3e Avenue Ouest, bureau 203, Québec (Québec) G1H 7J1
Renseignements : 418 914-5589 ou www.benevoles-expertise.com • direction@benevoles-expertise.com

Entraide-Parents (Région 03) inc.
1605, chemin Sainte-Foy
C.P. 11, Québec (Québec) G1S 2P1
Renseignements : 418 684-0050 ou www.entraideparents.com • info@entraideparents.com

ESPACE Région de Québec
(Prévention de la violence faite aux enfants)
157, rue des Chênes, bureau 250, Québec (Québec) G1L 1K6
Renseignements : 418 649-5140 ou www.espacesansviolence.org • espaceregiondequebec@videotron.ca

Organisme de bassins versants Charlevoix-Montmorency (OBV Charlevoix-Montmorency)
5, rue du Temple, Québec (Québec) G1E 4Z8
Renseignements : 418 821-7056

Violence-Info
C.P. 40007, COP Gal Charlesbourg, Québec (Québec) G1H 7J6
Renseignements : 418 667-8770 ou www.violenceinfo.com • accueil@violenceinfo.com

Voice of English-Speaking Quebec
1270, chemin Sainte-Foy, bureau 2141, Pavillon Jeffery Hale, Québec (Québec) G15 2M4
Renseignements : 418 683-2366 ou www.veq.ca • info@veq.ca

< Retour à la table des matières

HORAIRE DES ACTIVITÉS À CARACTÈRE LIBRE

Dans plus de 30 équipements publics ou privés répartis dans toute la ville de Québec, il est possible de profiter de périodes **gratuites** de baignade et de patinage (sauf indication contraire). Les horaires sont sujets à changements sans préavis. Pour vérifier un horaire, vous pouvez communiquer directement avec l'équipement récréatif que vous désirez fréquenter ou consulter le **www.ville.quebec.qc.ca/loisirs**.

PATINAGE LIBRE

Beauport

Centre sportif Marc-Simoneau, 3500, rue Cambronne, 418 641-6045
(du 1er septembre 2015 au 4 avril 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
13h à 14h20 (T)	10h30 à 11h50 (T) 18h30 à 19h50 (T)	13h à 14h20 (T)	10h30 à 11h50 (T) 13h à 14h20 (T)	13h à 14h20 (T)	12h à 13h20 (T)	12h à 13h20 (T)

(T) : tous

Notes :

- À l'aréna Marcel-Bédard (655, boulevard des Chutes), des périodes de patinage libre sont prévues de 13 h à 14 h 50, lors de certains congés scolaires. Des périodes de hockey libre sont aussi prévues de 12 h à 12 h 50 (6 à 11 ans) et de 15 h à 15 h 50 (12 à 17 ans), ces mêmes journées.
- Dates des congés scolaires 2015-2016 : 18 septembre, 30 octobre, 20 novembre, 7, 23, 28,29 et 30 décembre, 4, 5, 6 et 29 janvier, 15 et 29 février, 1, 2, 3, 4, 7 et 18 mars.
- Les arénas seront fermés le 7 septembre, le 12 octobre, les 24, 25, 26 et 31 décembre 2015, les 1er et 2 janvier ainsi que les 25 et 28 mars 2016.

Charlesbourg

Aréna Réjean-Lemelin, 1300, rue Pompadour, 418 641-6400
(du 31 août 2015 au 26 mars 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h à 11h30 (E) petite patinoire		10h à 11h30 (E) petite patinoire 19h30 à 20h30 (T)			12h55 à 14h05 (T)	

Arpidrome, 750, rue de la Sorbonne, 418 641-6400
(du 1er septembre 2015 au 24 mars 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	13h30 à 14h45 (A)		13h30 à 14h45 (A)			13h40 à 14h50 (T)

(A) : adultes et aînés; (E) : enfants d'âge préscolaire accompagnés d'un parent; (T) : tous

< Retour à la table des matières

La Cité-Limoilou

Aréna Bardy, 2280, rue Monseigneur-Gosselin, 418 641-6115
(du 6 septembre 2015 au 3 avril 2016) excepté le 31 janvier 2016

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
						13h à 14h20 (T)

(T) : tous

La Haute-Saint-Charles

Pavillon des sports, 86, boulevard des Étudiants, 418 641-6119
(du 28 août 2015 au 31 mars 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
15h à 16h45 (T)	15h à 16h15 (T)	15h à 16h15 (T)	15h à 16h45 (T)	15h à 16h30 (T)		14h à 15h15 (T)

Aréna des Deux Glaces, 1515, rue de l'Innovation, 418 641-6137 (du 28 août 2015 au 3 avril 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
						14h30 à 15h45 (T)

(T) : tous
Note : Le port du casque protecteur, de moufles (mitaines) ou de gants est recommandé aux jeunes enfants.

Les Rivières

Aréna Duberger, 3050, boulevard Central, 418 641-6260
(du 31 août 2015 au 20 mars 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
						13h à 14h20 (T)

Aréna Gaétan-Duchesne, 2650, avenue D'Alembert, 418 641-6261
(du 31 août 2015 au 3 avril 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
						14h à 15h20 (T)

Centre communautaire Michel-Labadie, 3705, avenue Chauveau, 418 641-6263
(du 31 août 2015 au 3 avril 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		13h40 à 15h10 (T)	10h20 à 11h50 (T)			13h à 14h20 (T)

Aréna Patrick-Poulin, 220, avenue du Chanoine-Côté, 418 641-6735
(du 31 août 2015 au 3 avril 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h40 à 11h40 (T)		10h30 à 11h30 (T)				13h30 à 15h (T)

(T) : tous

Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

Anneau Gaétan-Boucher
929, avenue De Rochebelle (derrière le centre sportif), 418 641-6300
(Du 6 novembre 2015 au 6 mars 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
12h à 14h30 et de 19h à 22h (T)	12h à 15h30 et de 19h à 22h (T)	12h à 15h30 et de 19h à 22h (T)	12h à 15h30 et de 19h à 22h (T)	12h à 15h30 et de 19h à 22h (T)	13h à 16h30 et de 19h à 22h (T)	13h à 16h30 et de 19h à 22h (T)

(T) : tous

Les séances de patinage libre sont annulées les jours suivants :
- 13 novembre de 19 h à 20 h, entraînement libre camp longue piste;
- 14 novembre de 13 h à 16 h 30, camp longue piste;
- 15 novembre de 13 h à 15 h, camp longue piste;
- 21 novembre de 13 h à 16 h 30, Coupe Québec # 1;
- 22 novembre de 13 h à 16 h 30, Coupe Québec # 1;
- 27 novembre de 12 h à 15 h 30, Coupe Canada # 1;
- 28 novembre de 13 h à 16 h 30, Coupe Canada # 1;
- 29 novembre de 13 h à 15 h, Coupe Canada # 1;
- 19 décembre de 13 h à 16 h 30, Coupe Québec # 2;
- 6 février de 13 h à 16 h 30, Championnat canadien par catégorie d'âge;
- 7 février de 13 h à 16 h 30, Championnat canadien par catégorie d'âge;
- 20 février de 13 h à 16 h 30, Coupe Québec # 3.

D'autres dates peuvent s'ajouter en raison de compétitions. Appelez au 418 641-6300 pour avoir plus de détails.

Aréna Jacques-Côté, 2020, rue Narcisse-Roy, 418 684-2166
(Du 26 septembre 2015 au 9 avril 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
					14h30 à 15h50 (T)	

(T) : tous
La patinoire sera fermée les 26 décembre 2015 ainsi que les 2, 9 et 30 janvier et 19 mars 2016.

Centre sportif de Sainte-Foy, patinoire Roland-Couillard
930, avenue Roland-Beaudin, 418 641-6275
(Du 20 septembre 2015 au 10 avril 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
13h15 à 14h45 (T)*	13h15 à 14h45 (T)*	13h15 à 14h45 (T)*	13h15 à 14h45 (T)*	13h15 à 14h45 (T)*		13h30 à 15h (T)

(T) : tous
*Selon les disponibilités offertes par la Commission scolaire

La patinoire sera fermée les jours suivants :
- les 4 et 6 décembre 2015;
- les 7, 8, 10, 29 et 31 janvier 2016;
- le 20 mars 2016.

BAIN LIBRE

Beauport

Centre de loisirs Monseigneur-De Laval, 2, rue du Fargy, 418 641-6045
(du 8 septembre 2015 au 16 juin 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
12h30 à 13h25 (A)	19h15 à 20h10 (T)	12h30 à 13h25 (A)	19h15 à 20h10 (T)	11h30 à 13h25 (A) 18h à 19h55 (T)		

École secondaire de la Seigneurie, 645, avenue du Cénacle, 418 641-6045
(du 8 septembre 2015 au 16 juin 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
20h45 à 21h55 (L)		20h à 20h55 (L)	21h à 21h55 (L)	19h à 19h55 (T) 20h à 20h55 (L)	14h à 14h55 (T) 15h à 15h55 (L)	8h à 8h55 (L) 13h à 13h55 (T) 14h à 14h55 (L) 19h à 19h55 (T) 20h à 20h55 (L)

(A) : adultes; (T) : tous; (L) : entraînement en longueur
Notes : À la piscine de l'école secondaire de la Seigneurie, des bains sont prévus de 14 h à 15 h 55, lors des congés scolaires. Dates des congés scolaires 2015-2016 : 12 et 30 octobre, 20 novembre, 7, 23, 28, 29 et 30 décembre, 4, 5 et 29 janvier, 15 et 29 février, 1, 2, 3, 4, 7, 18, 25 et 28 mars, 23 mai et 3 juin.

Charlesbourg

Arpidrome, 750, rue de la Sorbonne, 418 641-6400

En raison des travaux de construction de la nouvelle palestre de gymnastique qui sera annexée au bâtiment de l'Arpidrome et des travaux de réfection majeurs qui seront effectués au bassin aquatique ainsi qu'aux locaux adjacents, la piscine de l'Arpidrome est fermée jusqu'à l'automne 2016.

Piscine municipale du Bourg-Royal, 640, avenue du Bourg-Royal, 418 641-6400
(à compter du 18 septembre 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
12h à 13h25 (I) 18h30 à 19h25 (T) 21h30 à 22h25 (I)	7h à 7h55 (I) 8h à 8h55 (A+) 12h à 13h25 (T) 20h à 20h55 (A) 21h à 21h55 (I)	12h à 13h25 (I) 18h30 à 19h25 (T) 20h30 à 21h55 (I)	7h à 7h55 (I) 8h à 8h55 (A+) 12h à 13h25 (T) 21h à 21h55 (I)	12h à 13h25 (I) 19h à 20h25 (T)	14h à 16h (F)	14h à 16h (F) 20h45 à 21h55 (A)

(A) : adultes; (A+) : aînés; (I) : entraînement individuel; (F) : familles; (T) : tous

La Cité–Limoilou

Centre communautaire Lucien-Borne, 100, chemin Sainte-Foy, 418 641-6251
(du 17 août 2015 au 26 juin 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7h à 8h25 (A) 12h à 13h25 (A) 18h30 à 19h55 (T)	12h à 13h25 (A)* 19h à 20h25 (T) 20h30 à 21h55 (A)	7h à 8h25 (A) 12h à 13h25 (A) 13h30 à 14h55 (T) 17h30 à 18h55 (T)	12h à 13h25 (A)* 21h à 22h25 (A)	7h à 8h25 (A) 12h à 13h25 (A) 18h30 à 19h55 (T)	14h à 15h25 (T) 19h à 20h25 (T)	14h à 15h25 (T) 19h à 20h25 (T)

(A) : adultes; (A)*: adultes, réservé à la nage; (T) : tous

Centre communautaire Ferland, 1600, 8e Avenue, 418 641-6116
(du 17 août 2015 au 26 juin 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
12h à 13h20 (T) 19h à 20h25 (T)	12h à 13h20 (T) 19h à 20h25 (T)	12h à 13h20 (T) 14h30 à 15h55 (A) 19h à 20h20 (T) 20h30 à 21h55 (A)		12h à 13h20 (T) 19h à 20h20 (T) 20h30 à 21h55 (A)	14h à 15h25 (T) 19h à 20h25 (T)	14h à 15h25 (T) 19h à 20h25 (T)

A) : adultes; (T) : tous

Piscine A. Couture (Collège François-de-Laval), 41, rue Sainte-Famille, 418 694-1020
(du 17 août 2015 au 26 juin 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		19h à 21h (A)				10h à 12h (T)

A) : adultes; (T) : tous

Piscine Wilfrid-Hamel, 155, rue Bigaouette, 418 641-6259
(du 8 septembre 2015 au 17 juin 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
11h30 à 12h50 (A) 13h30 à 14h50 (A) 18h30 à 19h50 (T)	13h30 à 14h50 (A) 18h30 à 19h50 (T)	11h30 à 12h50 (A) 13h30 à 14h50 (A) 19h à 20h20 (A)	13h30 à 14h50 (A) 18h30 à 19h50 (T)	11h30 à 12h50 (A) 13h30 à 14h50 (A) 19h à 20h20 (A)	13h30 à 14h50 (T)	13h30 à 14h50 (T)

(A) : adultes; (T) : tous

Piscine Patro Roc-Amadour, 2301, 1re Avenue, 418 529-4996
(du 17 août 2015 au 26 juin 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
17h à 17h55 (A) 20h30 à 21h55 (A)	7h à 8h25 (A) 12h à 13h25 (A)	17h à 17h55 (A)	7h à 8h25 (A) 12h à 13h25 (A) 19h30 à 21h25 (T)		15h à 16h55 (T)	

(A) : adultes; (T) : tous

YWCA Québec, 855, avenue Holland, 418 683-2155
(du 8 septembre au 14 décembre 2015 et du 4 janvier au 10 avril 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7h à 8h25 (A) 11h30 à 12h55 (A)	7h à 8h25 (A) 10h30 à 11h25 (T) 11h30 à 12h55 (A) 16h30 à 17h55 (A)	7h à 8h25 (A) 11h30 à 12h55 (A)	7h à 8h25 (A) 11h30 à 12h55 (A) 16h30 à 17h55 (A)	7h à 8h25 (A) 11h30 à 12h55 (A) 15h à 16h25 (T)		13h30 à 15h25 (T)

(A) : adultes; (T) : tous
Coûts : pour connaître les tarifs, référez-vous à l'organisme responsable de l'activité.

La Haute-Saint-Charles

Piscine de l'édifice Denis-Giguère, 305, rue Racine, 418 641-6125
(du 18 septembre au 23 décembre 2015 et du 9 janvier au 7 avril 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
12h à 13h25 (A)* 13h30 à 14h25 (T) 14h30 à 15h25 (A+)	12h à 13h25 (A)	12h à 13h25 (A) 19h45 à 20h55 (A)*	12h à 13h25 (A)	12h à 13h25 (A)* 13h30 à 14h25 (A+) 19h à 20h10 (T) 20h15 à 21h25 (A)	14h05 à 15h40 (T)	13h30 à 15h05 (T)

(A) : adultes (entraînement en longueur); (A+) : personnes âgées de 55 ans et plus; (T) : tous
* Lors de ces bains, l'utilisation de palmes sera permise dans les corridors de niveaux moyen et rapide.
Notes : Le port du bonnet de bain et la douche sont obligatoires. Les enfants âgés de 8 ans et moins doivent être accompagnés dans l'eau et surveillés par un adulte.

Piscine de l'école L'Odyssée, 1485, rue de l'Innovation, 418 641-6632
(du 8 septembre au 23 décembre 2015 et du 9 janvier au 7 avril 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
20h à 21h10 (A)		18h30 à 19h25 (T) 19h30 à 20h40 (A)	20h15 à 21h25 (A)	19h30 à 21h (T)	14h35 à 15h55 (T)	14h35 à 15h55 (T)

(A) : 16 ans et plus (bassin principal; 3 corridors de nage); (T) : tous (bassins principal et secondaire)
Notes : Le port du bonnet de bain et la douche sont obligatoires. Les enfants âgés de 8 ans et moins doivent être accompagnés dans l'eau et surveillés par un adulte.

Les Rivières

Centre communautaire Michel-Labadie, 3705, avenue Chauveau, 418 641-6263
(du 31 août 2015 au 12 juin 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
19h à 20h25 (T)	19h à 20h25 (T)		19h à 20h25 (T)	19h à 20h25 (T)	14h à 15h25 (T)	14h à 15h25 (T)

(T) : tous

- Bains annulés : 24, 25, 26 et 31 décembre ainsi que 1er et 2 janvier
- Bains ajoutés durant les fêtes : 21, 22, 23, 28, 29 et 30 décembre de 14 h à 15 h 25
- La douche est obligatoire et le port du bonnet de bain est recommandé.

Complexe Jean-Paul-Nolin, 340, rue Chabot, 418 641-6072
(du 31 août 2015 au 19 juin 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
13h30 à 14h55 (T)	19h à 20h25 (T)	13h30 à 14h55 (T)	19h à 20h25 (T)	19h15 à 21h15 (T)	14h à 15h25 (T)	14h à 15h25 (T)

(T) : tous

- Bains annulés : 24, 25, 26 et 31 décembre ainsi que 1er et 2 janvier
- La douche est obligatoire et le port du bonnet de bain est recommandé.

Piscine Jos.-A.-Lachance, 2920, rue Claisse, 418 641-6271
(du 31 août 2015 au 19 juin 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
21h à 22h25 (A) Grand bassin	10h à 11h25 (55+) Petit bassin 19h à 20h25 (T) Grand bassin	19h à 20h25 (T)	10h à 11h25 (55+) Petit bassin 20h à 21h25 (A) Grand bassin	19h à 20h25 (T)	14h à 15h25 (T) 19h à 20h25 (T)	14h à 15h25 (T) 19h à 20h25 (T)

(A) : adultes; (T) : tous; (55+) : personnes âgées de 55 ans et plus

- Bains annulés : 24, 25, 26 et 31 décembre ainsi que 1er et 2 janvier
- Bains ajoutés durant les fêtes : 21, 22, 23, 28, 29 et 30 décembre de 14 h à 15 h 25
- Bains ajoutés durant la relâche scolaire : du lundi au vendredi de 14 h à 15 h 25
- La douche est obligatoire et le port du bonnet de bain est recommandé.

I.R.D.P.Q., 525, boulevard Wilfrid-Hamel, 418 529-9238
(du 25 septembre au 11 décembre 2015 et du 8 janvier au 10 juin 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
				19h à 19h55 (T)	15h à 16h10 (T) À compter du 8 janvier 2016	

(T) : tous

- 0-5 ans : gratuit • 6-17 ans : 1,50 $ • Adultes : 3 $ • Carte de 11 séances : enfants : 15 $ et adultes : 30 $
- Bains annulés : 25 et 26 mars 2016
- Bonnet de bain obligatoire

Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

Piscine Jacques-Amyot, collège des Compagnons
3643, avenue des Compagnons, 418 641-6283 (du 8 septembre 2015 au 17 juin 2016)
N. B. Certains bains peuvent être annulés en raison de compétitions. L'horaire peut être modifié pendant les fêtes, la semaine de relâche et le congé de Pâques.

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
18h30 à 19h30 (T) 19h30 à 21h (A)	11h55 à 12h55 (T) 20h à 22h00 (T)		11h55 à 12h55 (T) 18h30 à 19h30 (T) 19h30 à 21h (A)		14h à 16h (T)	14h à 16h (T)

(A) : adultes; (T) : tous
Nous avons toujours un minimum de deux couloirs disponibles.

Piscine du Campus Notre-Dame-de-Foy, 5000, rue Clément-Lockquell
Saint-Augustin-de-Desmaures, 418 872-8242, poste 1218
(du 24 août au 14 décembre 2015 et du 5 janvier au 18 mars 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
12h10 à 13h (T)	12h10 à 13h (T) 16h45 à 17h40 (T) 20h30 à 22h (T)	12h10 à 13h (T)	12h10 à 13h (T) 16h45 à 17h40 (T) 21h20 à 22h20 (T)	12h10 à 13h (T) 21h20 à 22h20 (T)	15h30 à 17h (T)	13h30 à 15h (F) 15h15 à 16h15 (A+)

La piscine est fermée du 15 décembre 2015 au 4 janvier 2016.

(F) : famille; (T) : tous; (A+) : 50 ans et plus
Les bains libres sont gratuits pour les personnes habitant les villes de Québec, de Saint-Augustin-de-Desmaures et de L'Ancienne-Lorette.

< Retour à la table des matières

Piscine Sylvie-Bernier, école secondaire De Rochebelle, 3020, boulevard Hochelaga
418 641-6284 (du 8 septembre 2015 au 17 juin 2016)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7h à 8h (T)	7h à 8h (T)	7h à 8h (T)	7h à 8h (T)	7h à 8h (T)	13h à 15h30 (T)	13h à 16h (T)
12h à 13h15 (T)	12h à 13h15 (T)	12h à 13h15 (T)	12h à 13h15 (T)	12h à 13h15 (T)		19h30 à 21h (T)
18h à 20h (T)	17h à 18h30 (A)	18h à 20h (T)	17h à 18h30 (A)	20h à 21h (T)		
				21h à 22h (A)		

(A) : adultes; (T) : tous
Nous avons quatre couloirs disponibles à tous nos bains, sauf à ceux du samedi et du dimanche après-midi où il n'y en a que deux.
N. B. Des bains pourraient s'ajouter pendant les congés scolaires.

Autres activités libres

Dans plusieurs arrondissements, des organismes offrent des périodes consacrées aux activités libres comme le badminton, le basketball, le volleyball, etc. Il est aussi possible de louer un gymnase pour y pratiquer le sport de votre choix. Communiquez avec le personnel du bureau de votre arrondissement pour en savoir davantage.

Coordonnées de l'Arrondissement

Bureau d'arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge
Édifice Andrée-P.-Boucher
1130, route de l'Église
Québec (Québec) G1V 4X6

418 641-6003
sainte-foy-sillery-cap-rouge@ville.quebec.qc.ca
www.ville.quebec.qc.ca

418 641-6300
Messages enregistrés
concernant les activités politiques et publiques,
les équipements de loisirs, les bibliothèques,
les permis, les constats d'infraction ainsi que les déchets

INONDATION VERGLAS DÉFLAGRATION TEMPÊTE
CANICULE ÉPIDÉMIE CONTAMINATION DE L'EAU
TREMBLEMENT DE TERRE INCENDIE DE FORÊT
PANNE DE COURANT GLISSEMENT DE TERRAIN

PRÊT À
FAIRE*FACE*

En situation d'urgence, une bonne préparation peut faire toute la différence.

REMPLISSEZ VOTRE PLAN FAMILIAL D'URGENCE DÈS MAINTENANT.

www.ville.quebec.qc.ca/ **FAIRE*FACE***

Chaque **SAISON** est une **INVITATION À SORTIR!**

L'Arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge vous propose plus de 150 activités pour vous permettre de passer d'agréables moments dans les mois à venir. Bonne saison!

EXPOSITIONS

sur la peinture, le patrimoine et l'histoire dans nos maisons patrimoniales

John Neilson, le Franklin canadien
Du 9 septembre au 12 juin
Centre d'interprétation historique de Sainte-Foy

◄ J.E. Livernois, *John Neilson*, vers 1940. Bibliothèque et Archives nationales du Québec, Fonds J.E. Livernois Ltée, P560, S2, D1, P951

Territoires imaginés
Jusqu'au 6 septembre
Maison Hamel-Bruneau

Danielle April, ► *Le Rêve vertigineux de l'enfant*, 1990. Acrylique sur toile, 145 x 91 cm. Collection Loto-Québec

▲ La base de plein air de Sainte-Foy

La patinoire du parc du Plateau ▲

ACTIVITÉS DE PLEIN AIR

Patinage, hockey, glissade, ski de fond, raquette, trottinette des neiges, randonnée, observation d'oiseaux dans nos équipements de plein air

VILLE DE QUÉBEC
Arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

www.ville.quebec.qc.ca

Août 2015

l'accent d'Amérique